

NyoNyum

「この国」を伝える。カンボジア生活情報誌「ニョニユム」
Cambodian Life Navigation in Japanese

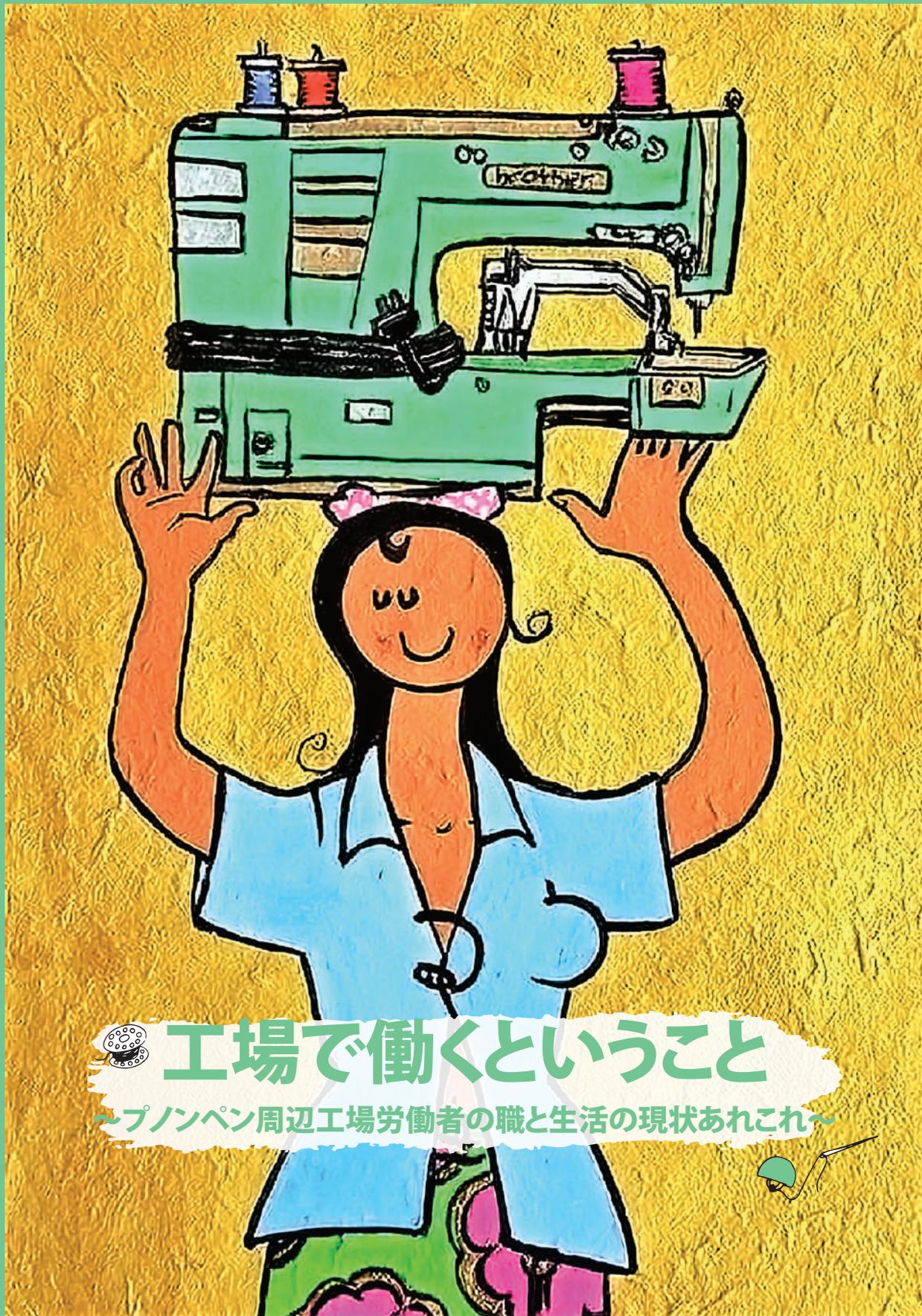
ញីញីម

125th

Jun / Jul 2023

<https://nyonyum.net>

Take Free!!



 **工場で働くということ**
 ~プノンペン周辺工場労働者の職と生活の現状あれこれ~



不動産のスタートはカンボジアで11年

住まい/事務所/店舗探しと、入居後のサポートで、ご好評を頂いております。

実績 11年

ご存知
ですか?

不動産は、気に入った
物件を見つけてからが **重要!**

物件
探し

契約

引き渡し
ご入居

入居中の
トラブル
対処

退去
(デポジット
返還)

**スタートは日本の不動産サービスを
カンボジアで展開。**

不動産は物件を決めるまでで終わりではありません。
引き渡し時のあれこれや、ご入居中のトラブルも、
一緒になって最後まで解決をサポートしていきます。

人材
紹介も

10年以上自社の採用で築いた
経験を人材紹介業に活かします。

● ご要望の人材とのマッチングの確率
採用までのプロセスの効率重視。



スタートグループは日本では“ピタットハウス”という不動産店舗網を展開する公開企業です(東証プライム)。

STARTS

Starts (Cambodia) Corporation

Tel: +855-12-803-111 or +855-12-687-111 Mail: pp@startscambodia.com
Office #104, Lobby Level of Hotel Cambodiana, 313 Sisowath Quay, Phnom Penh, Cambodia
メコン川フロントの“ホテルカンボジアーナ”のロビー階、プールサイドのオフィスです。

お問い合わせは日本語でどうぞ!

🔍 スタート カンボジア

検索

抽選で当たる!

日本旅行ツアー

または高級ホテル宿泊券



日本旅行ツアー

1組 2名様



Six Senses
Krahey Island

2組 4名様



Royal Sand
Koh Rong

2組 4名様



The Bale
Phnom Penh

2組 4名様

応募対象者:キャンペーン期間中に定期預金口座を新規開設されたお客様

キャンペーンは2023年7月8日まで

*適用条件がございます。

+855 89 77 55 33

Eメール: japandesk@jtrustroyal.com

Simply Better Service

J Trust Royal Bank



សាតាប៉ាណា
SATHAPANA BANK

事業者の皆様へ利便性の高い 電子決済サービスをご案内致します。

サタパナ銀行の新POS決済端末で便利に安全にお支払いの受け取りができます。
VISA及びMasterCardの他に、ダイナミックKHQRによりカンボジア国内の他の銀行
からのお支払いの受け取りが可能になりました。

Apply Now!



サタパナ銀行の新 POS 決済端末のご利用特典

- ・多様な機能、素早い操作
- ・シンプルで安全
- ・各種カードでの決済が対応可能
- ・お客様への利便性向上
- ・お店の売上増への貢献

サタパナモバイル

最新版サタパナモバイルをより使い
やすく刷新し、5言語対応になりました。
もちろん日本語設定が可能です。

- 定期口座開設・解約
- 国内・国際送金
- カード一時停止・停止解除
- KHQR決済（支払・受取）
- カードレス引き出し
- モバイルトップアップ・支払い



Sathapana Mobile

2X WINNER
MOBILE BANKING APP



お問い合わせ等はジャパンデスクまで（日本語）

Japan Desk 小森 012 355 305
Puthearak 096 485 1111
Sophorn 096 230 4666

JapanDesk@sathapana.com.kh
komori.yuta@sathapana.com.kh
satsong.puthearak@sathapana.com.kh
heang.sophorn@sathapana.com.kh

ジャパンデスク営業時間：【月～金】8:00～17:00 ※土日祝はお休み

本店：Sathapana Tower, No.63, Preah Norodom Blvd., Phsar Thmei 3, Daun Penh, Phnom Penh

お困りの時はコールセンターまで（英語）

023/081-999-010 (24時間年中無休で対応可)

customercare@sathapana.com.kh www.sathapana.com.kh

本店営業時間：【月～日】8:00～20:00

※予告なく営業時間を変更する場合がございます。



SOKEN

SOKEN GROUP

カンボジアで唯一の日系総合ビルメンテナンス企業

WEBサイト
オープン!



日本製空気清浄機販売開始(コロナウィルスを99%不活性化)
5機種(100㎡~1100㎡) 事務所、工場の消毒作業実施中

シムリアップ支店開業

SOKEN(CAMBODIA)CO.,LTD.

✉ info.sokencambodia@soken-group.net



日常清掃	ベストコントロール 虫(ゴキブリ、ハエ、ありなど)	定期清掃及び特別清掃
トイレ清掃	ネズミ	引渡し清掃
窓の清掃	害虫のモニタリング、 報告書の作成	高所(スライダーマン) 窓ガラス清掃
床の清掃	ホテル・サービスアパートメントの ハウスキーピング	エアコン清掃
		カーペット清掃 (専用機器使用)

SOKEN ENGINEERING
(CAMBODIA) CO.,LTD.

✉ info.sokenengineering@soken-group.net



消防設備 管理業務	電気設備 管理業務	給排水 貯水槽清掃 浄化槽清掃
エンジニア 派遣業務	制御盤、FA機器の 設計・製作	節電機器および 各種機械販売

お問い合わせはこちら(日本語対応可)

+855 (0) 23 900 737

No. 82, Street 02A, Sangkat Toek Thla,
Khan Sen Sok, Phnom Penh, Cambodia.

お気軽に
お問い合わせください!



ジャパンハート小児病院 給食施設



FIDRクラチエウ病院新病棟



住友電装第2工場 (PPSEZ)



TOKYO HOTEL



住友電装第3工場 (PPSEZ)

カンボジアでの建築設計・施工は、
OMURA INDUSTRIESにお任せください!



PPSEZ内 TOKYO HOTEL
APARTMENTS & SPA

Omura Industries はカンボジアにて、工場、倉庫、医療施設、ホテル、店舗、事務所など様々な建物を設計・施工してまいりました。カンボジアでの建設は不安なことも多いかもしれませんが、経験豊富な日本人エンジニアが誠心誠意ご対応いたします。どうぞお気軽にお問い合わせください。



大嶋 信
Director
東京大学工学部建築学科卒業、
大学院修士修了、硬式野球部
2011年、日系ゼネコンのプロジェクトマネージャーとしてミネベア・カンボジア工場の建設に従事。
2015年、Omura Groupの設立に参加。
一級建築士、一級建築施工管理技士、一級土木施工管理技士

日本人が対応致します!

023-964-250

info@omura-cambodia.com



The Rise Commercial,
#5 St.282 BKK1
Phnom Penh

広告掲載のお問い合わせはこちらまで

NyoNyum

「(C)の国」発信する、カンボジア生活情報誌「NyoNyum」
Cambodian Life Navigator in Japanese and English

ADVERTISING

Pls CONTACT US !!

012-500-052, 016-657-290

nyonyum@cisinc.co.jp http://nyonyum.net

日本語でサクサクわかる、銀行口座の楽しみ方

カンボジアでの米ドル預金口座開設や銀行サービスに関する日本語情報が充実！

毎日の暮らしにもお仕事にも、気になるのはやっぱりお金の管理。
PPCBankジャパンデスク日本語ウェブサイトなら日本語情報が満載。
銀行サービスに関する概要から「よくあるご質問」まで、
すべて日本語で詳しくご覧いただけます。

最新プロモーション情報も掲載中！ /



QRコード読み取りで
日本語ウェブサイトにも
いますぐアクセス！！



Smart Traveller SIM、はじめました。

カンボジアでのあなたのスマホライフもPPCBankでSmartに。



カンボジア国内の銀行では、PPCBankだけ！！
カンボジア滞在中のスマホ利用に欠かせない存在、
Smart Traveller SIMのご提供を開始しました。
PPCBankモバイルにもすぐ利用できて便利です。

Smart Traveller SIMは、PPCBankジャパンデスクを含む
一部のPPCBank店舗窓口にてお受け取りいただけます。
パスポート原本およびSIMフリー端末をご持参ください。

※ Smart Traveller SIMはSmart Axiata Co., Ltd.社の商品です。SIMカードご利用による
特典やプラン変更等の詳細は、カンボジア全国のSmart窓口までお問い合わせください。



PPCBank
モバイル 2.5

ご利用のスマホの
生体認証(顔・指紋)で
ますます便利に！



生体認証
ログイン



口座開設
口座解約



KHQR決済
支払・受取



国内送金
国際送金



携帯電話
Top-Up



預金担保
ローン

PPCBankモバイルは安心の日本語対応。
KHQRキャッシュレス決済も自由自在です。

カンボジア全国で使える便利なKHQR決済はもちろん、
請求書支払い機能が大幅拡充、200以上の支払先に対応。
電気代、水道代、ごみ収集代、学費、NSSF社会保険料等、
PPCBankモバイルひとつでお支払いいただけます。

※ モバイルバンキング登録にはカンボジア国内電話番号でのSMS認証が必要です。

日本語でお気軽にお問い合わせください
オルセー支店2階(モニボン通りとSt.214との交差点角)

061-444-608

【月～金】8:00～16:00 定休日:日曜・祝祭日
【土】8:00～12:00

PPCBank ジャパンデスク

小菅義之 ☎ y.kosuge@ppcb.com.kh
池田晴香 ☎ i.haruka@ppcb.com.kh

カードの紛失、盗難などの緊急連絡先

24/7 0963
023 - 909 909

24時間365日受付(英語対応)

ウェブサイト www.ppcbank.com.kh/japan-desk/

PPCBankでは、カンボジア非居住者様にも銀行口座開設いただけます。
窓口での必要書類の詳細はジャパンデスクまでお問い合わせください。

RafflesMedical Cambodia

ラッフルズメディカル

八木加奈恵医師
(小児科専門医)
診療 火・木・金 勤務



カンボジアクリニックでのサービス

総合診療科 / 専門医診療 / 救急診療
医療搬送 / 旅行医学 / 予防接種
健康診断 / VISA取得のための検診
デジタルレントゲン / 院内研究室 / 超音波検査
日本のすべての海外旅行保険キャッシュレス対応可

012-816-911
7:00~19:00 診療予約

TELEGRAM
テレグラム専用 ▶ 855-92-555-951

救急診療は時間外、祝日も7:00~19:00受付可

RafflesMedical Cambodia

#161 Street 51 (Pasteur), Phnom Penh
Clinic Hours Mon-Fri: 8:00am-5:30pm,
Sat: 8:00am-12:00pm



KenClinic カンボジア初の日本人開業医

外科・内科・小児科・呼吸器科
海外旅行保険対応 (キャッシュレス)
日本製の薬を主体に処方します
各種予防接種、レントゲン、超音波、
胃カメラ、血液検査など
柔道整復師による捻挫・ぎっくり腰などの治療、
鍼灸師による治療も受けられます

Since 2010

ホームページはこちら!
ケン・クリニック カンボジア 検索
www.kenclinic-cambodia.com

クレジットカードによる支払いが可能になりました。



診療時間 月-土 8:30-13:00 15:00-19:00

No.14A, St.370, BKK1, Phnom Penh, CAMBODIA

Tel: 023-223-843, 023-223-844 (日本語/Eng/Kh)

061-266-208 (日本語), 012-865-039 (時間外: 日本語/Eng)

NyoNyum デザイン 承ります

Namecard · Postcard · Leaflet · etc.



日本語・English・クメール語
お気軽にご相談を。

Cambodia Joho Service inc.

Phnom Penh, CAMBODIA
Tel: +855-12-500-052
E-mail: cjs@cisinc.co.jp

Cambodian Pepper
最高級品質胡椒
KURATA PEPPER
Open Daily: 9am - 6pm
Tel: 012 842 970 (本店)
092 777 270 (2号店)
f kuratapepper
プノンペン市内無料配達致します
本店: #35B St.606 Tuol Kork
← 2号店 (ロシアンマーケット近郊) の地図はこちら!
営業時間は、午前 9 時から午後 6 時まで (10月1日~)



MJ ACCOUNTING SERVICE CO., LTD.



MJ GROUP

弊社MJ ACCOUNTING SERVICE Co.,Ltd.は、2016年4月に設立されました。

これまでの7年間300社近い会社設立に携わり、現在も100社近いお客様に会計・税務サービスをご利用いただいております。

信頼と実績を誇る私たちが、皆様のビジネスに対する各種税務問題を解決するためのプロフェッショナルチームが、明確で効果的なソリューションを提供します。一人ひとりのクライアントに対してパーソナライズされたサービスを提供し、税務と会計の複雑な問題を解決します。



幅広い専門知識と豊富な経験を持つ私たちのプロフェッショナルチームは、あらゆる課題に対応し、無料でご相談いただけます。

- 個人事業登録・法人設立
- 関係省庁への営業許可および証明書の申請
- 税務相談
- 毎月の税務申告書の提出
- 年次税務申告書の提出
- 税務申告書の修正
- ライセンス及び特許等の申請
- 国家社会保障基金 (NSSF) 登録

- NSSFへの拠出金の支払い代行業務
- 外国人労働許可証(ワークパミット)の申請
- カンボジア人のワークブックの申請
- 関係省庁における企業情報の更新
- 商業省への年次申告書の提出
- ビジネスVISAの申請
- 運転免許証の申請
- 法人の休眠申請
- 法人の解散手続き
- その他の行政手続き

MJ ACCOUNTING SERVICE CO., LTD.

061 88 77 52

info@mallofjapan.co

MJ Accounting Service Co., Ltd.

#159, 4th Floor, Street 113, Phum 4, Sangkat Boeung Keng Kang 3, Khan Chamkarmon, Phnom Penh, Cambodia.



125th Contents

Jun - Jul 2023

11 Special

工場で働くということ

～プノンペン周辺工場労働者の職と生活の現状あれこれ～

- 12 **工場周辺を歩いてみよう!**
人が集まるところにビジネスチャンスあり!?
工員の人たちはどんなところに住んでいるの?
- 14 **“工場で働く”背景が見えてきた工場労働者のみなさんにインタビュー**
マイホーム、そして子供たちの良い教育のためなら頑張れる
親を幸せにするためにやれることを頑張る!
- 16 **ベテラン工員が見る「工場労働者の実情」**
- 18 **工員たちの「行きつけ」のお店はどんなところ?**
新鮮な野菜を安く売ります! 八百屋さん
忙しい工員の胃袋を満たします! 食堂
仕事で疲れた体にいかが? デザート屋さん
一箇所でなんでも揃うのが売り! ストゥンメンチェイ市場
- 20 **遠距離通勤で頑張ってます!!**
タケオ州の自宅から毎日プノンペンの工場へ通勤する工員リポート
- 21 **田舎に預ける子供のために頑張る共働き夫婦**

●Column

- 10 医療コラム「どうしましたか」/ 奥澤 健
- 10 カンボジアで Happy 子育て! / 八木 加奈恵
- 22 カーロッシー
- 24 SEA Games ボランティア体験記
- 26 教育現場の SDGs
from プノンペン日本人学校 Vol.2
- 27 ボンユキ・エッセイ / 山崎 幸恵
- 27 シェムリアップ Moi Moi ライフ / 小出 陽子
- 32 アンコール見聞録 / 三輪 悟
- 33 マオマオ・カンボジア / オークンツアー
- 34 旅育!! ノマド家族。 / 中村英誉
- 35 Para-Sports in Cambodia / 米山 遥香

●News

- 29 ニョニウムタイムズ

●Information

- 28 月間ドムライ
- 28 緊急連絡先

●Others

- 8, 9 うらない 6月 & 7月
- 30 今月のありがとう 広告主さま一覧表

編集雑記

プノンペンには工場労働者がたくさんいます。ストゥンメンチェイ地区やポーサエンチェイ地区には特に多くの縫製・製靴工場が密集しており、これら工場で働くのは若い世代ばかりではなく、工員として長く勤める40代、50代もたくさんいます。

田舎から上京して工員となる人も多く、「何のために働くのか」を問うてみると、口を揃えて言うのは既婚者なら「家庭と子供のため」、一方未婚の若者は「親のため、仕送りをして親孝行するため」なのだそうです。

そこで、より具体的に働いて得た収入をどのように使うのかについて実態を知るべく、工場労働者の人々にインタビューを行いました。製造業に従事する約90万人の工員たちが作り出した巨大な輸出額が、今のカンボジア経済を支えている一つの要因でもあります。今回の特集は、そんな工員たちの生活環境や現状をお届けしたいと思い、企画しました。(ノップ・ヴィサール)

ご意見、情報、お問い合わせはこちらへ。
We want to hear from you...
nyonyum@cisinc.co.jp

“ニョニウム”とはクメール語で「笑顔」の意味です。カンボジアにあるいろんな笑顔を伝えたい。そんな想いで編集をしています。

NyoNyum means “smile” in Khmer. We would like to make many people in this country smile through our magazine.

NyoNyum

「この国」を伝える。カンボジア生活情報誌「ニョニウム」
Cambodian Life Navigation in Japanese and English



- | | |
|---|---|
| Publisher
Yamazaki Yukie | Face Cover Painting
Stef HAPPY PAINTING |
| Editorial & Sales Staff
Oun Chanda
Kano Hiroaki
Uon Chanra
Tanigaki Moe
Nop Visal
Sarooun Phearith
Chheun Chhun | Illustrator
Sawaki Makiko |
| | Printing
Digital Advertising |

© CJSinc. 2023
本誌掲載の記事、写真、イラスト等の無断転載を禁じます



◆**全体運**: 6月の運勢は高まります。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、次第に成長していきます。しかし、注意しなければならないのは自慢をしないこと。そうすれば大きな争いを避けることができます。会社員の人は、仕事上の交渉はすべてうまくいきます。さらに他の仕事の相談も舞い込んできます。
◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られますが、財産が多ければ多いほど泥棒や強盗の危険にも注意しましょう。
◆**健康運**: 暴飲暴食を避けて胃腸を壊さないようにしましょう。
◆**恋愛運**: カップルの人は甘い関係を維持できます。
◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。



◆**全体運**: 6月の運勢は下がります。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、大規模な投資をしないように。また賭け事も禁止です。会社員の人は、さまざまなトラブルが発生しますが、心を落ち着けて我慢すれば大きな問題にはなりません。
◆**金運**: 収入が少なく、汗流してようやく手に入れられる状態です。支出を抑えましょう。
◆**健康運**: 時間を見つけて休養をとりましょう。体力以上の仕事をしないように。
◆**恋愛運**: カップルの間にさまざまなトラブルが発生します。
◆**安全運**: 高いところから転落する可能性があるため気をつけてください。



◆**全体運**: 6月の運勢はまあまあです。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、少しずつ良い状態になります。手足を休めることなく商売に打ち込めば、利益を得ることができます。会社員の人は、知らない人が仕事を持ち掛けてきたら絶対に断ってください。犯罪に巻き込まれる可能性があります。
◆**金運**: 前半は収入が少ないですが、後半になるとあらゆる方面からの収入が得られるようになります。
◆**健康運**: 食べ物の衛生状態に気をつけてください。
◆**恋愛運**: カップルの人は争い事を避けて亀裂が入らないようにしましょう。
◆**安全運**: 感電事故に遭う可能性があるため気をつけてください。



◆**全体運**: 6月の運勢は高まります。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、商品の仕入れ・販売が滞ることなく、多くの顧客に恵まれます。買掛をする人がいても一銭も失うことはないで心配いりません。会社員の人は、あらゆる仕事が順調に進みます。誰かに頼まなければならない仕事も、思い通り成功するでしょう。
◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られます。投資をしても何の問題もありません。
◆**健康運**: 問題はありません。
◆**恋愛運**: カップルの人は甘い関係を維持できます。
◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。



◆**全体運**: 6月の運勢は下がります。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、強力なライバルが現れます。事前に対策を講じていけば負けることはありません。会社員の人は、どのような仕事であっても柔軟に対応すれば円滑に進みます。
◆**金運**: 収入が少なく支出が多いです。後々お金が足りなくなることがあります。
◆**健康運**: 時間を見つけてスポーツや体操をし、健康管理をしてください。
◆**恋愛運**: カップルの人は、第三者がトラブルを持ち込んできます。
◆**安全運**: 道路横断の際に事故に遭う可能性があるため気をつけてください。



◆**全体運**: 6月の運勢はまあまあです。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、甘い言葉で投資話を持ち掛けてくる人がいたら、だまされないように慎重に検討しましょう。会社員の人は、どのような仕事でもうっかりミスをしないように身を引き締めましょう。
◆**金運**: まずまずの収入が得られますが、支出が多いので手元には残りません。
◆**健康運**: 食べ物の衛生状態に気をつけてください。
◆**恋愛運**: カップルの人は、外部からトラブルを持ち込む人がいるので気をつけましょう。
◆**安全運**: 水の事故に遭う可能性があるため気をつけましょう。



◆**全体運**: 6月の運勢は高まります。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、大きく前進します。新しい店を開くのに何の障害もありません。会社員の人は、上司や工場長から高く評価され、褒章を受けるでしょう。
◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られます。ただし、詐欺には気をつけましょう。
◆**健康運**: 歯の病気に悩まされる可能性があります。
◆**恋愛運**: 独身の男女は何の問題もなく愛の芽を育むことができます。
◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。



◆**全体運**: 6月の運勢はまあまあです。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、少し上向きになりますが甘い言葉をかけてくる人と一緒に投資をしないように。会社員の人は、あらゆる仕事があまうまくいきません。しかし、月末になると友人や親せきからの助けがあります。
◆**金運**: 前半はまずまずの収入が、後半になるとさらにあらゆる方面からの収入に恵まれます。
◆**健康運**: 体操やスポーツをたくさんするように心がけてください。
◆**恋愛運**: カップルの人は平穩に仲良く過ごすことができます。
◆**安全運**: 刃物や鋭いものでけがをする可能性があるため気をつけましょう。



◆**全体運**: 6月の運勢は高まります。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、近場でも遠方でも利益を得ることができます。会社員の人は、どのような仕事であっても思い通りの成果を出すことができます。ただし、自慢はけんかのもとになるのでやめましょう。
◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られますが、欲張り禁物です。
◆**健康運**: 健康上の心配はありません。
◆**恋愛運**: カップルの人は甘い関係を維持できます。
◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。



◆**全体運**: 6月の運勢は下がります。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、さまざまな障害に直面します。一部の人が災いをもたらすので、忍耐強く対応しましょう。会社員の人は、深夜に仕事をするのはよくありません。
◆**金運**: 収入が少ないので、支出を抑えて家計に影響を及ぼさないよう心がけましょう。
◆**健康運**: 食事を定時にとるように心がけてください。
◆**恋愛運**: カップルの間でさまざまなトラブルが発生します。
◆**安全運**: 夜間の運転の際に事故に遭う可能性があるため気をつけてください。



◆**全体運**: 6月の運勢は高まります。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、強力なライバルが現れたとしても、常に勝ち続けるので心配はいりません。会社員の人は、絶好のチャンスが巡ってきます。手足を休めることなく仕事に打ち込めば、やればやるだけの成果を得ることができます。
◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られるだけでなく、親戚から価値あるものももたらされます。
◆**健康運**: 健康上の心配はありません。
◆**恋愛運**: カップルの人は結婚を考えてよいでしょう。
◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。



◆**全体運**: 6月の運勢はまあまあです。
◆**仕事運**: 商売をしている人は、商売を近場でも遠方でも悪いことは起こりませんが、何も得られず帰ることになります。会社員の人は、どのような仕事であっても人とコミュニケーションをうまくとれると順調に進められます。
◆**金運**: まずまずの収入が得られますが、支出が多いので手元にはあまり残りません。
◆**健康運**: 時間を見つけて運動やスポーツをしましょう。
◆**恋愛運**: カップルの人は、お互いを許し合う気持ちを持てば前に進めます。
◆**安全運**: 水で溺れる可能性があるため気をつけてください。



◆**全体運**: 7月の運勢は下がります。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、投資の回収が遅くなり苦労します。能力に合った商売をして、生活に悪影響が出るのを避けましょう。会社員の人は、どのような仕事であっても慎重に。特に商品の受け取りや引き渡しの際には数をきちんと確かめましょう。
 ◆**金運**: 収入が少ないので、無駄遣いをしないように。
 ◆**健康運**: 時間を見つけて休養をとり、運動するよう心がけてください。
 ◆**恋愛運**: カップルの間でさまざまなトラブルが発生します。
 ◆**安全運**: 高いところから転落する可能性があるので気をつけてください。



◆**全体運**: 7月の運勢はまあまあです。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、少し上向きになりますが多くの障害にも直面します。柔軟な対応を心がけましょう。会社員の人は、署名や捺印の前にはしっかり内容を確認してください。
 ◆**金運**: まずまずの収入が得られますが、親戚がお金を借りに来るので手元には残りません。
 ◆**健康運**: 食べ物の衛生状態に気をつけてください。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、外からトラブルを持ち込んでくる人がいるので気をつけましょう。
 ◆**安全運**: 水に溺れる可能性があるので気をつけてください。



◆**全体運**: 7月の運勢は高まります。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、近場でも遠方でも思い通りの利益を得ることができます。会社員の人は、親戚や友人が仕事を持ち掛けてきたら断ることのないように。彼らは誠実なパートナーになります。
 ◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られますが、悪質なものは手を出さないように。
 ◆**健康運**: 健康上の心配はありません。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、甘い関係を維持できます。
 ◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。



◆**全体運**: 7月の運勢はまあまあです。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、少し低迷しますが大きな問題にはなりません。多くの顧客が支持してくれます。会社員の人は、人と仕事を共にする場合は事前にしっかり検討しましょう。そうすれば犯罪に巻き込まれることはありません。
 ◆**金運**: まずまずの収入が得られますが、他人にお金を貸してはなりません。
 ◆**健康運**: 食べ物の衛生状態に気をつけてください。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は仲良く平穏に過ごせます。
 ◆**安全運**: 水で溺れる可能性があるので気をつけましょう。



◆**全体運**: 7月の運勢は下がります。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、さまざまなトラブルが発生します。忍耐強く心を落ち着けて対応すれば、大きな問題にはなりません。会社員の人は、どのような仕事であっても他人の保証をしてはなりません。恩が仇になる可能性があります。
 ◆**金運**: 前半は収入が少ないですが、後半になると多くの収入が得られます。
 ◆**健康運**: 定時に食事をするように心がけてください。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、第三者が介入してくる可能性があります。
 ◆**安全運**: 運転中のうっかりミスで交通事故に遭う可能性があります。



◆**全体運**: 7月の運勢は高まります。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、親戚や友人が投資話を持ってきたら迷わず受けましょう。彼らは誠実なパートナーになってくれます。会社員の人は、仕事で成功するだけでなく、重要な仕事を任せられるでしょう。
 ◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られますが、財産は多ければ多いほど泥棒や強盗の危険があるので気をつけて。
 ◆**健康運**: 大きな心配はありません。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、甘い関係を維持できます。
 ◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。



◆**全体運**: 7月の運勢は下がります。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、見知らぬ人が価値あるものを売りに来たりお金を借りに来たりしても、手を出してはなりません。災いが降りかかります。会社員の人は、甘い言葉をかけてくる人と一緒に仕事をしてはなりません。だまされる可能性があります。
 ◆**金運**: 汗水流してようやく得られる収入ですので、無駄遣いをしないように。
 ◆**健康運**: 時間を見つけて体操やスポーツをしましょう。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、亀裂が入る可能性があります。
 ◆**安全運**: 道路横断の際に事故に遭う可能性があるため気をつけてください。



◆**全体運**: 7月の運勢は高まります。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、大きく進展します。手足を休めることなく商売に打ち込みましょう。会社員の人は、すべての仕事で思い通りの成果を出すことができます。就職・転職活動をしている人も、思い通りの職が得られます。
 ◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られます。投資をすることも可能です。
 ◆**健康運**: 大きな心配はありません。
 ◆**恋愛運**: 独身の男女は愛の目を健やかに育むことができます。
 ◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。



◆**全体運**: 7月の運勢はまあまあです。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、遠方よりも近場での商売が良いです。遠方に赴いても、何も得られず戻ることになります。会社員の人は、重要な仕事を他人に任せてはなりません。利益を持っていかれる可能性があります。
 ◆**金運**: まずまずの収入が得られますが、支出が多いので手元には残りません。
 ◆**健康運**: 暴飲暴食を避けて胃腸を壊さないようにしましょう。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、外部からトラブルを持ち込む人がいます。
 ◆**安全運**: 刃物や鋭いものでけがをする可能性があるため気をつけてください。



◆**全体運**: 7月の運勢は下がります。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、簡単に手に入れられると思っていた利益が他人の手に落ちてしまいます。会社員の人は、法律に違反した仕事はしないように。さもないと自分に災いが降りかかります。
 ◆**金運**: 収入が少なく支出が多いです。家計に影響を及ぼします。
 ◆**健康運**: 時間を見つけて十分に休養をとりましょう。体力以上の仕事はしないように。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、さまざまなトラブルが発生しますが、早期解決で関係を維持できます。
 ◆**安全運**: 夜間の運転や飲酒後の移動の際にけがをする可能性があります。



◆**全体運**: 7月の運勢はまあまあです。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、多少低迷しますが多くの顧客が支持してくれるので前進します。会社員の人は、多少の障害はありますが大きな問題にはなりません。
 ◆**金運**: まずまずの収入が得られますが、他人にだまされる可能性があるため気をつけてください。
 ◆**健康運**: 食べ物の衛生状態に気をつけてください。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、お互いを許し合う気持ちを持って平穏に過ごせます。
 ◆**安全運**: 感電事故に遭う可能性があるため気をつけてください。



◆**全体運**: 7月の運勢は高まります。
 ◆**仕事運**: 商売をしている人は、強力なライバルが現れますが、常に勝ち続けるので心配はいりません。会社員の人は、絶好のチャンスが巡ってきます。手足を休めることなく仕事に打ち込みましょう。やればやるだけの成果が得られます。
 ◆**金運**: あらゆる方面からの収入が得られるだけでなく、くじに当選するなどの運があります。
 ◆**健康運**: 健康上の心配はありません。
 ◆**恋愛運**: カップルの人は、甘い関係を維持できます。
 ◆**安全運**: 特に大きな事件・事故の可能性はありません。

どうしましたか

カンボジアで Happy 子育て!



COVID-19 騒動の終焉宣言

私が初めて COVID-19 についてこのコラムで触れたのは 3 年前の 2020 年 4-5 月号である。それから約 2 年間ほぼ毎回 COVID-19 について書いてきた。1 年くらい前からカンボジアではあまり気にされなくなってきたので、2022 年 8-9 月号からは違う話題を提供してきた。

しかし日本では、その後もずっと無意味な感染対策がとられていて、アクリル板のパーティションなどが続けられてきた。世界中から不評を買った水際対策はやっと 4 月 29 日で撤廃され、5 月 8 日には感染症としての扱いがようやく 2 類から 5 類に引き下げられた。WHO も 5 月 6 日に緊急事態の終了を発表した。遅きに失した感が否めないが、これでやっと国を越える往来がスムーズになる。猖獗を極めた COVID-19 騒動はついに終焉を迎えた。

とは言っても、ウイルスが消滅したわけではない。この原稿を書いている 5 月中旬現在、当院の外来で COVID-19 陽性患者が再び増加している。36℃台の平熱の人から 40℃を超える高熱の人まで様々である。一頃よくみられた味覚障害を訴える人はほとんどいない。罹るのは 2 回目という人は少なからずいる。軽症か無症状の人は病院を受診しないであろうから、実際ウイルスを持っている人は結構多い、つまり再び流行していると考えてよい。

しかし恐れる必要は全くない。ウイルスの毒性は低くなったので、死ぬことも、後遺症に悩まされることも、まずもうないからである。



奥澤 健 2010 年 2 月よりプノンペンにケン・クリニックを開業。1963 年生まれ。東京医大卒。医学博士。キズを早くきれいに治す「湿潤療法」と医学的に正しい「低糖質ダイエット・健康法」を指南中。



八木加奈恵
ラッフルズメディカルカンボジア小児科専門医、総合診療医、タッチセラピスト。乳児検診、発達障害児診療、成人の心療内科等臨床経験多数。火、木、金出勤。2 児の母（子育て中）。

子供への愛情表現

日本人は言葉でストレートに愛情表現をするのは苦手で、どちらかというと、行動で愛情を示すことが多いように思います。例えば、「大好きだよ」と本人に直接言葉で伝えるのではなく、美味しいご飯やお弁当を作ってあげたり、お家を綺麗に片づけたりすることで、大好きという気持ちを示すことがあるのではないのでしょうか？

子供は親の愛情を沢山受けるほど、自己肯定感が上がります。私たちは、「〇〇ができて偉いね」や「〇〇してくれたから大好きだよ」というように上手く出来たことに対して褒めがちですが、それだけだと上手くできない時は認めてもらえないんだと、かえって自己肯定感が下がる場合があります。「大好きだよ」「産まれてきてくれてありがとう」「あなたのママになれて嬉しい」など存在そのものを肯定する言葉かけをすることで、子供は親の愛情をしっかりと認識でき、自己肯定感の向上につながります。

子供への愛情を言葉でなく行動で示す場合、年齢が小さいほど、子供には伝わりにくいように思います。そして、親のその行動が、とても有難かったなあと身に染みるのは、大抵大人になってからではないかと思います。

今、大好きだという気持ちを、今、子供に認識してもらうためには、やはりダイレクトに、存在を肯定する言葉かけを一番だと思います。こういった言葉を口に出すのは照れる方もいるかもしれませんが、是非やってみてほしいと思います。

グルメページもできました!

NyoNyum Webでも
いろいろ情報配信中!!

お店情報

イベント情報

ニョニユムの記事(一部)

カンボジアの日常

NyoNyum.net

お申込み・お問合せはコチラまで!

☎ 012 500 052 ✉ nyonyum@cisinc.co.jp

「NyoNyum」で連載中の
カンボジア版ラーマナ物語
「リムケー(The ReamKer)」の
挿絵がポストカードになりました。

4 kinds of illustration:

- Preah Ream
リアム王子
- Hanumam
猿の将軍ハヌマーン
- Sokrip & Pealy
ソクリップとピアリー
- Reach Roth
神様の台車



NyoNyum Original
The ReamKer
Post Card

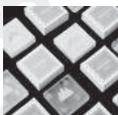
1set
4 post cards
\$3

you can get it at
NyoNyum Shop

カンボジアの「いいもの」いっぱい

ぬくもり溢れる商品ばかりが揃っています。

みなさんの生活にクメールの風を取り入れてみませんか？

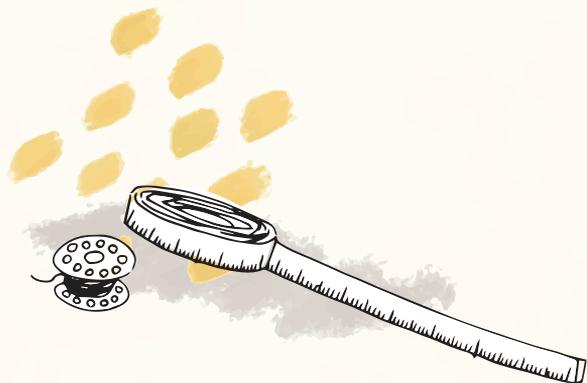


✉ nyonyumshop@cisinc.co.jp

☎ 012-500-052

f NyoNyum Shop

📷 life_with_nyonyum



工場で働くということ

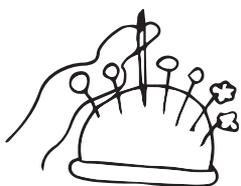
～プノンペン周辺工場労働者の職と生活の現状あれこれ～



縫製業やアパレル業などで約 90 万人の労働者の仕事を生み出すカンボジア。全国 1326 の縫製工場のうち、727 の工場がプノンペンにあり、約 34 万人の労働者が従事しています。

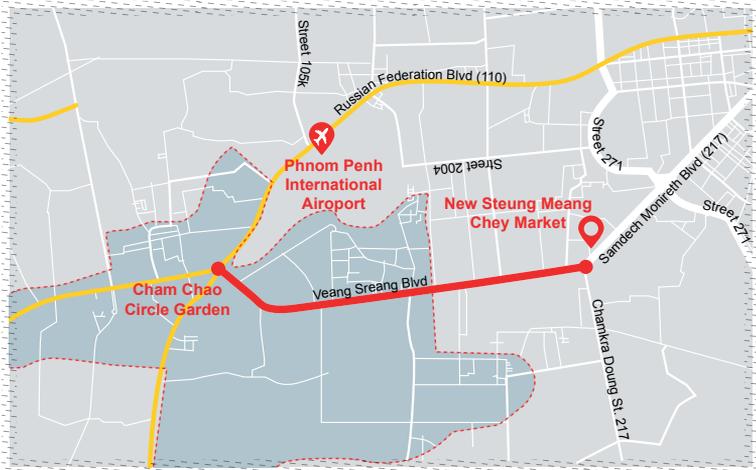
そんな首都プノンペン郊外の、特にチャオムチャウ町（プノンペン国際空港の西南部エリア）には工場エリアが広がっています。若い労働者向けの借家や団地もあり、縫製業などに従事する工場労働者が生活しています。そのため、この地区にある工場周辺には日常生活に欠かせない品々や飲食店などがすらりと並び、いつも人々でにぎわっています。

主に地方から集まってくる労働者たちは、この環境でどんな生活を営んでいるのでしょうか。その実態の一角をご紹介します。



工場周辺を歩いてみよう！

プノンペンの郊外地域には工場エリアが広がっており、ストウンメンチェイ地区やポーサエンチェイ地区、ダンカオ地区は工場が密集するエリアとして知られています。特に、チャオムチャウ町のヴェンスレーン通り沿いは、90年代初頭から進出ラッシュが始まったアパレル・縫製業の工場がたくさん集まり、労働者や輸送トラックでごった返している場所としても有名です。



▲ プノンペン国際空港の西南部にあるチャオムチャウ町の地図と大きな工場が点々並ぶヴェンスレーン通りのマップ



▲ 次から次に工場を出てくる工員たち



▲ 工場を出ると、野菜、魚、肉の売り場がずらりと並んでいる。早速そこでお買い物！



▲ ランチ時間帯に工場前広場に出てきたビニール袋に入ったランチ弁当販売店

人が集まるところに ビジネスチャンスあり

工場には、その規模により毎日数百人から数千人の従業員が出勤する。そんな工場の出入り口付近には、従業員の出勤、休憩、退勤の時間を狙ってさまざまなものをお店の人々、買い物をする人々の様子が見られる。朝、工場の門が開く前の6時頃や休憩中、ランチタイムにかけては、ビニールの袋やプラスチック容器に入れられたご飯とおかずを売る屋台が並び、午後の4時頃からの退勤時には帰宅して自炊する人のための新鮮な魚や肉、野菜、調味料などの露店に移り変わる。時間によって販売する品々が様変わりするこのような売り場は、日本で滅多に見られない風景だろう。また、付近にはTシャツやカバンなどの日用品の店も軒々と並んでいる。



▲ その日の食材はその日に買い出し帰宅する工員がいなくなると、露天は店じまいを始める。売り手にとっては確実に集客できるこの場所で、そして工員たちにとっては買い物のためにわざわざ市場に行く必要もなく、売り手・買い手にとって Win-Win の商売形態と言えるだろう。



◀ 手にいっぱい野菜と魚と肉を持っていた帰宅途中の K さんに今日のおかずを尋ねてみた。「魚のスープに、豚肉と玉ねぎを炒めものにして家族5人で食べるのよ」と言って、迎えにきた家族のバイクに3人乗りして去っていった。晩ご飯にかかったお金は約2万リエル(約5ドル)だったそう。

工員の人たちは どんなところに住んでいるの？

工場は都心の中心から離れたところにある。ヴェンスレーン通り沿いには大きな工場が密集しており、低・中所得者層の住宅、日用品店や露店・屋台も集まっている。

午後になると、フライドチキン、ポーンティアコーン（孵化前のアヒルのゆで卵）、サンドイッチ、フルーツシェイクなどの屋台や、ビールのおつまみ、アヒルの丸焼きや豚・牛肉のバーベキュー、魚の塩焼きなどの屋台もずらりと並ぶ。1日働いて疲れた工員にとっては、帰宅前に買い物ができる屋台の存在はありがたい。また、通り沿いにはクリニックや衣料品店、バイク店、民間の各種学校などもある。



▲大型トラックと住民でいつも賑わっているヴェンスレーン通り



ヴェンスレーン通りに面している① フランスパンのサンドイッチ ② 民間の幼稚園と小学校 ③&④ 牛とアヒルの丸焼き販売店、⑤ 総合治療と婦人科のクリニック



ヴェンスレーン通りからさらに小さな路地を奥に入ると、工員の住宅地が広がっている。美容室や小さな薬局もある。日常生活に必要なものが揃うこの地域なら、日々の生活に困らなさそうだ。そう思いながらさらに奥に進んでいくと、工員向けの賃貸アパートが並ぶ。家賃の相場は1部屋1ヶ月50～60ドルほど。田舎からやってきてルームシェアをする若い労働者、家族連れなどが入居している。

▶ヴェンスレーン通りから北部に入った路地沿いの様子



▲一般労働者が住む賃貸アパート

子供の姿もよく目にする。親が工場へ仕事をしに行っている間は、学校や近所の人たちに守られながら、元気に外を駆け回る子供たち。彼らもまた、将来のカンボジア経済を支える人材となっていく。

▶小さな孫たちの世話をみているお婆さん



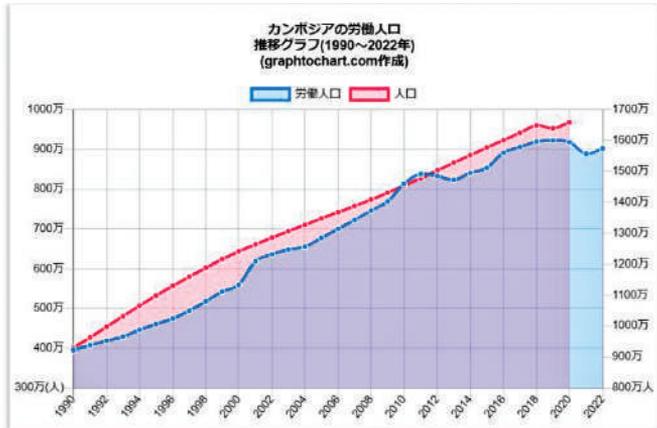
“工場で働く”背景が見えてきた 工場労働者のみなさんにインタビュー



総人口約 1,660 万人に占める労働人口が 54% 以上というカンボジア。プノンペン周辺の工場では若いカンボジア人労働者がたくさん働いています。働いた給料を田舎の親へ仕送りしたり、結婚し子供を持って家族の生活をより豊かにしたいと頑張っています。そんな工場労働者のみなさんは、どんな思いを持って仕事をしているのでしょうか。

▶参考:

<https://graphtochart.com/population/cambodia-labor.php>



マイホーム、そして子供たちの 良い教育のためなら頑張れる

ヴェンスレーン通り周辺で約 20 年間生活しているブラック・チャンラーさん(40)に話を聞くことができた。チャンラーさんはプレイヴェン州出身で、縫製工場の工員として 2002 年にプノンペンに上京してきた。2007 年にエンジン修理の仕事をしていた夫と恋愛結婚し、今は子供が 2 人いる。10 年前にこのエリアに土地を購入して家を建てた。「長年工場の仕事の収入で生活しているので、ここに土地を買って家を建てることを決めました。土地は手元にある貯金と田舎の親戚からの借金で購入しましたが、数年前に返済が済みました。家の建設のためには銀行からお金を借りています。田舎よりプノンペンには良い学校もあるし仕事もいろいろあるので、ずっと住んでいきたいと思っています」

工場で働き、銀行ローンの返済をしながら 2 人の子供を育て、4 人家族の家計を切り盛りしているチャンラーさん。将来について尋ねると、「ローン返済が終

わったら、子供に自分より高い学歴を持たせたいので、良い教育が受けられるようにさらに子供のために働きたい」と語る。

現在、夫はトゥクトゥクのドライバーとして働いている。共働きで家庭のために頑張っているチャンラーさん夫婦は、子供のためにいろんな努力をしてきた。「長男(14歳)と次女(5歳)が生まれたときは、3ヶ月の産休を取りました。産休が明けて仕事に復帰した後は、近くに住む親に子供を預け、面倒を見てもらいました。出勤前に子供を連れて行き、昼休み時には工場からいったん帰り、ミルクをあげていました。3歳まではこの生活です。4歳になってからは近くの幼稚園に入れていきます。子供が幼稚園や学校に入れる年になると、大分楽になります。学校で1日見てくれるので、安心して仕事に取り組むことができます」

チャンラーさんの話では、多くの工場労働者は子供を親元に預けるのが一般的だという。親が近くに住んでいる人なら、朝預けて夕方引き取る。そして遠方でもタケオ州やコンポンスプー州といった比較的近いところなら週末子供に会いに行き、1泊して戻る。だが、さらに田舎が遠方の場合は預けっぱなしになり、連休の時しか子供に会えないということもある。他方、近年では子供が1歳になると預けられる保育サービスがあり、ミルクや着替え、おむつなどを自分で買って持って行くと、月に約 60 ドルで預かってくれる子育てサービスを利用する工員もいるという。



▲ 闘鶏の世話をみるのが娯楽だといっチャンラーさんの旦那さん

余暇の過ごし方は、「生活して行くうえで必要なことだけ考えているので、レジャーにお金を使うことはあまり考えていないのです。たまに子供と一緒にトゥクトゥクに乗って王宮周辺に土鍋を食べに行ったり、王宮周辺を散歩したりしている程度です。夫が闘鶏が好きなので、鶏の世話をレジャーとして楽しんだり、週末に近所の人とバーベキューや鍋パーティーをしてビールとカラオケを楽しむことがよくあります」と教えてくれた。

育ち盛りの子供を育てるチャンラーさん。朝早く起きて朝食と昼食を作って出勤し、1時間の昼休みに帰宅して子供たちにご飯を食べさせる。そして再び工場に戻り、4時まで仕事。帰りがけに工場近くの露店で野菜や肉を買い、自宅で晩ご飯を作って家族と一緒に食べるのが生活パターンだ。日々の食材やお惣菜は工場周辺の露店や自宅付近の屋台、小さな市場で買うが、年に数回は低所得者層に人気の安くて品揃えが豊富な「ストウンメンチェイ市場(P19に関連記事あり)」というちょっと大きめの市場へ行き、新しい服やキッチン用品などを買うという。



▲ チャンラーさんと次女

親を幸せにするために やれることを頑張る！

プレイヴェン州出身のケオ・ヴィボルさん(26)は、家族を支えるために5年前にプノンペンの縫製工場に就職した。彼女は現在、ヴェンスレーン通りの縫製工場で働き、友達と一緒に職場近くに月約60ドルの部屋を借りて暮らしている。「工場周辺にはお手頃な賃貸アパートがたくさんあるので、交通費を節約するために工場近くの部屋を借りることにしました。毎日歩いて工場に通っています」

家庭の経済的事情で中学1年生の時に退学したヴィボルさん。その後は、従妹の紹介でプノンペンに上京して工員の仕事に就いた。工場に入る前に従妹である姉から服の仕立ての訓練を受けていたという。

5年間働いて多くの経験を積んだヴィボルさんだが、職場の環境について次のように語ってくれた。「作業にも慣れて日々楽しく仕事に取り組むことができますが、工場への注文が多い時もあり、締め切り日が迫ると間に合うように頑張らないといけません。チームが油断して間に合わないと隊長から怒られたりすることが当然あり、そんな時は落ち込みます。また、残業が多い時はやっぱり疲れを感じます」。一方、祭日出勤があった際や業績が良い工員には、ボーナスがもらえるという。これが仕事のモチベーションになっているようだ。

1週間の仕事が終わったら、土曜日の夕方に田舎の両親のところへ美味しい食べ物を持って帰省している。田舎で暮らしている両親と美味しいものを一緒に食べるといつも幸せを感じるという。「実家に帰る前に親に電話をして、何か欲しいもの、食べたいものはないか聞いています。工員の給料は少ないので、良いものばかり買えないんですが、できる限り親の好きな食べ物を探して買って帰ります。家族みんなで美味しいものを食べるととても幸せです。また、給料日には必ずいくらかの仕送りをしています」

「学歴がないので、工員の仕事以外の選択肢は限られています。でも、私ができる仕事で家族のために働けているので、今のこの仕事にやりがいを感じています」というヴィボルさんの収入と支出は？



▲ケオ・ヴィボルさん

平均の給料：250ドル(残業がたくさんあると、約300ドルになることも)

家賃：友達と2人での生活で、30ドル/月

水道代と電気代：50,000リエル(12.5ドル)/月

平均の食費：5,000～10,000リエル(1.25～2.5ドル)/日

(コロナ禍は残業がなく、給料は日々の生活費を賄うので精いっぱい、貯金はほとんどできなかったという)

決して豊かな生活ではないが、クメール正月やお盆などの特別な時期には自分に褒美の買い物をしているという。主に、近所のストウンメンチエイ市場に行き、自分と親のための新しい服を購入して、一度に100ドル程度使うこともあるという。週に1日休み(日曜日)があるそうだが、アパートで友達や近所の人と食事を楽しむのがほとんどで、外出することは滅多にないという。「工員の

生活はオフィスに勤めている会社員と違って、週末や休みの日に映画を見に行ったり、モールで買い物をしたり、郊外の観光地へ出かけたりすることはありません。交通費と食費に多額の出費がかかるからです。外出することがあるとすれば、近所の小さな遊園施設がある場所だったり、辛い麺が好きなので安い韓国系のラーメン店にたまに食べに出かけたりしている程度です」



▲週末は、時には韓国系の辛いラーメンの店で友達と食べたり、王宮前広場で寛ぎに行ったりしているという

ベテラン工員が見る 「工場労働者の実情」



▲サニーさん

工員の年齢層は若いですよ。田舎から出てきた独身の若者たちは、仕事以外でパソコンでの生活をどのように楽しんでいるのでしょうか。

新型コロナの影響で多くの工員の生活は不安定になってしまいましたが、コロナ前の景気が良い時は若い工員たちは思い思いに余暇を楽しんでいましたよ。週末になると王宮周辺に遊びに行き、手頃な土鍋スープ屋で鍋を囲み、みんなでワイワイする人たちが多かったです。

また、このヴェンスレーン通り沿い周辺にもお手頃価格の飲み屋や牛の丸焼きバーベキュー屋などがあるので、夕方の仕事帰りに疲れやストレスを発散するために飲みに行く人もいます。でも節約したい人たちは、近所の人や友達を呼んでアパートで焼肉をしたり、手作りの土鍋スープを食べながらビールを飲んだり、カラオケをして過ごしたりですね。

工員のお金の使い方は？

私の工場にいる若者労働者は真面目な人が多いですね。そもそも田舎から出稼ぎに来て必死に頑張っているのだから、稼いだお金を貯金したり、親へ送ったりしている人が大多数です。自分のために使うとすれば、服や携帯電話を買う場合でしょうか。Facebook やドラマだったり面白い動画を見るために、インターネット代にはお金は使っていますね。

工場周辺にあるお店の中には、手元にお金がないときはツケや月賦払いに対応してくれるところもあるようです。

服や靴、調味料や日用雑貨までその対象なので、給料日までにお金が不足しがちな工員は助かっています。田舎にいる家族が経済的に余裕がある人なら、親への仕送りを考える必要がないので普段から飲みに行ったりお酒を飲んだり自分のためにお金を使うこともあります。そういう人は私の周りには滅多にいませんね。



▲サニーさんとトゥクトゥクドライバーをしている旦那さん。(娘が後ろに微かに見える)

ブラック・サニーさん(50)は、Hung Wah という縫製工場の縫製部門長。トゥクトゥクドライバーの夫とともに6人の子供を育ててきたサニーさんは、2000年から縫製業に従事しています。工場労働者の生き字引的な存在で、業界全体や働く人たちの変化を肌で感じてきたそう。コツコツと仕事をこなしキャリアアップし、一般工員から部門長になる中での経験を聞かせていただきました。

昔と比べて今は若い工員が田舎へ送金するのは減ったのではないですか。

あまり変わらないと思います。ほとんどの人が家族のために働いています。田舎で借金を抱える家族が子供を工場に働かせるというパターンはよくあります。貯金と親への仕送りのための苦労は昔も今もあまり変わらないと思いますね。

求人状況は今どうなっていますか。

以前とかなり違います。2016年以降は、仲介人が労働者から手数料を取って就職先を斡旋することが法律的に禁止となっています。また、応募者は縫製スキルのチェックを受ける必要があり、レベルに応じて給料と採否が決まります。縫製スキルを育成する民間団体(訓練学校)があるので、縫製工場に勤めたい人は訓練を受けてから応募する人が多いです。

縫製業の現状は？

この数年の新型コロナとEBA(武器以外すべてに対する特惠関税制度)枠の撤廃で閉鎖する工場が次から次に出て、経営に問題を抱える工場もまだまだたくさんあり、工員である私たちは収入が不安定な状況に陥っています。私もみんなと同様、残業どころか通常の仕事量も少なくなり、給料削減にもつながっています。

そのため、この数年は毎月の給料がほぼ生活費でなくなるぎりぎりの状態で何とか暮らしています。残業手当と勤続年数で少しずつ上がる昇給に期待してこれまで働いてきました。工員である我々は本当に外部要因に左右されやすい環境で働いているんだと思います。



▲縫製スキルが富んだサニーさん



縫製工場に就職したい若者は毎年多いと思いますが、志望動機はどのようなものが多いでしょう。

まず女性の割合が高く、さらに家庭の経済的負担を軽減するために上京してくる人が多いです。最近では経済的に困っているわけではないけれど、田舎を出て都会で生活したいとからという若者もいるようですが、割合としては少ないと思います。

主な動機は、家庭が貧しく兄弟も多い、親が借金を抱えて自身は中学校を中退しなければならなくなった、本人自らの意思で学校を中退して上京してきた、などでしょうか。この縫製工場で見える限りでは、多くの若者は稼いだお金を田舎にいる親に送金するために働いているかと思います。

みんなの働く意欲は？

みんな意欲は高いですね。この工場ではスキルアップが評価されるので、向上していく前提で働いてもらっています。向上心で頑張る人もいれば、周囲に負けたくないという気持ちで頑張る人もいます。特に女性工員は上手な同僚を見て自分も負けられないと仕事に取り組んでいる人が多いですよ。

サニーさんの家族の話を教えてください。

私の夫はトゥクトゥクのドライバーをしています。元々は新型コロナが広まる直前に、自宅近くの民間インターナショナルスクールに通う子供たちの送迎の仕事をしようと銀行でローンを組んで車を購入したんです。ですが、そのビジネスが始まって1年経つか経たないかというところで世の中がコロナとなり、学校も休校を余儀なくされました。夫もローンの返済ができなくなり、かろうじて手元にあったお金でトゥクトゥクを購入し、トゥクトゥクドライバーとなりました。今はトゥクトゥクの収入で毎月のローン返済をしています。私の縫製工場での給料（約400ドル）で、食費、光熱費などが何とか賄えているという状態です。

長男も縫製工場の工員で、1年ほど前に同じ工場働く女性と結婚しました。結婚してからしばらくは同居していましたが、勤務地の工場が遠くなったため、今はその近くで2人で部屋を借りて生活しています。次男も数ヶ月前に結婚し、今は同居しています。ですが、食事は別にしてそれぞれやりくりしています。三男は数年前に出家してお坊さんになりました。この子は勉強が好きで自らお坊さんになりたいと出家したんですよ。将来は僧侶として生きていくのだと思います。

残りの3人の子供はまだ扶養中。夫の仕事が安定したら、頑張ってお金を貯めて家を新築したいと思っています。同時に下の3人の子供が結婚するまで面倒を見ないといけないので、それまで頑張らなければなりません。



▶次男が結婚した時の記念写真



▲サニーさんは今の実家を何とか新築にしたいという

工員たちの「行きつけ」 のお店はどんなところ？

工場労働者の給料は決して高くはありません。1ヶ月間働いて得たお金はしっかり切り詰めて仕送り、貯蓄、日々の生活費に回さなければならない。上手にやりくりしながら生活する彼らが通うお店のオーナーたちは、客である工員たちとどんなやりとりをしているのでしょうか。

新鮮な野菜を安く売ります！

八百屋さん

工場エリア付近の小さな市場で八百屋を営むフン・ナレットさん(41)。朝7時から正午までと午後3時から夜9時まで販売しているが、朝の時間帯には主に地元の主婦たちが、そして夕方の時間帯には工場労働者が買い物に来るといふ。他の市場と変わらない価格で、より新鮮なものを仕入れることを心がけている。「常に消費者のことを考え、リピートしてもらえる店」をモットーに、15年間この商売を続けている。



▲ナレットさんの野菜販売店

Q どういう人がよく買ってくれるんですか。

多くは工場で働く労働者ですが、学生や地元の主婦も来ますよ。朝の時間帯には近くに住む人たちがよく買いに来してくれますが、午後は工員や学生が多いですね。

Q 価格や品質で心がけていることはありますか。

価格は他の市場とあまり変わらないと思います。大事なのは仕入れ価格です。安く仕入れられれば販売価格もそれなりに安くできます。品質も長年培った自分の目で見極めていますので、市場の店だからといって品質が良くないということはありません。新鮮な野菜を毎日仕入れて、お客様に喜んで買ってもらえるように心がけています。

Q お客さんは一度の買い物でどれくらい購入しますか。

工員と学生は、地元住民と違う買い方をします。工員と学生はその日・その時食べたい分だけ買うことが多いです。たとえばその日の献立が酸っぱいスープだったら、1,000リエルの空心菜を一束、魚を3,000リエル分で一食分になるので、それだけを買います。さらに追加で漬物をちょっと買い足して、白飯をお腹いっぱい食べる傾向があるようです。友達と集まってご飯を食べる際は、土鍋料理のための野菜を10,000~15,000リエル程買ってくれます。一方で、周辺住民の人たちは自宅に冷蔵庫を持っているので、1回の買い物でたくさん買ってくれるんです。



▲周辺の住民がよく自分の店に足を運んでくれるという

忙しい工員の胃袋を満たします！

食堂

3年前から工場周辺で食堂をやっているセアン・フーイさん(25)。白飯 500 リエル、料理一品 2,000 リエルという工員にとって手頃な値段で販売している。営業は昼食の時間帯が中心で、店に入るとカンボジア人なら誰もが食べ慣れた料理がずらりと並ぶ。「どの料理も一品 2,000 リエル！」と通りかかる客に声をかけるフーイさん。お昼時間になるとたいがい満席になるそうだ。安い価格で販売することについてフーイさんはこう教えてくれた。「工員は給料が低くみんな質素な生活をしているので、彼らが支払える価格帯で売ることが大切です。一食 3,000 から 5,000 リエル程度でお腹いっぱい食べられますよ」

3年間この仕事をやっているの、工員の嗜好をよく理解しているというフーイさん。「みんな体力を使う仕事をしているので、料理の量を多めにすることも大事です。食べる人の健康も考え、衛生的にも配慮しています。作った分はたいがいお昼の時間帯で売り切れてしまいますよ」



▲クメール人の家庭なら誰でも食べ慣れている料理がずらりと並んでいる

フーイさんの食堂では果物も販売している。「酸味のある果物が人気で、みなさんお昼ご飯の後に 1,000 から 2,000 リエル分くらいの果物を買って、工場に持って帰ります。工員が求めるものを提供できるよう、その時の旬の果物を揃えています」



仕事で疲れた体にいかが？

デザート屋さん



▲性格が明るいチャンナレンさん

ソク・チャンナレンさん(33)は、工場近くの市場でデザート屋台をしている。「母からカンボジアのデザート作り方を教わってこの商売を 10 年やっています。母は 1995 年からデザート販売を始めたんですが、2013 年に私が引き継ぎました」

工員や学生、周辺の住民が主な顧客層。工員は仕事帰りによく買いに来てくれるという。工員や学生が多いこのエリアで手頃な値段で販売するからこそ、この場で長くこの商売を続けてこられたのだと言うチャンナレンさん。「工員や学生はお金をあまり持っていないので、500 リエル単位でも販売しています。毎日食べに来てくれる人にはサービスで量を多めにし、安く美味しく満足してもらえることを考えています」

チャンナレンさんの屋台で買って、自宅で食べる人も多いそうだ。「持ち帰り用のビニール袋入りだと一つ 1,000 リエルです」。味を気に入り、リピート客も多いと嬉しそうに話すチャンナレンさん。雨の日を除いて、毎日ほぼ売り切れるという。食べる人に満足してもらえるようにデザート販売をこれからも長く続けたいと話してくれた。

一箇所でなんでも揃うのが売り！

ストウンミエンチェイ市場

最近オープンしたモール型のストウンミエンチェイ市場には、工場労働者や近隣住民のニーズを満たす品々が揃うと人気が集まっている。日常生活に必要な家電製品や衣類、宝石・装飾品などのほか、フードコートや映画館など工員労働者や学生などが楽しめる施設だ。何とんでもこの市場の魅力は、多種多様な商品と手頃な価格。お盆やお正月などの祝日や週末は人であふれ返り、売れ行きも良いという。

衣料品の店主、スン・スレイニエン(35)さんによると、「主なお客さんは工員と学生、そしてこの市場周辺の住民です。高くても 10,000 リエル前後という安い価格のものが集まると、他の市場よりお得な商品を取り扱っているの、多くの人がこの市場に買い物をしに来てくれます。工員の人たちは、週末や給料日、休日に来ていることが多い」という。



▲ストウンミエンチェイ市場の正面

▶どの品でも 1 万リエル(2.5 ドル)の服販売店がずらりと並んでいる



遠距離通勤で頑張ってます!!

タケオ州の自宅から毎日プノンペンの工場へ通勤する工員レポート

靴工場に勤めているエーン・シムヘーンさん（40）。3年前にタケオ州の実家でやっていた畑作を辞めて、プノンペンの靴工場で工員として働くことを決意。しかし、プノンペンに移住せず、自宅から工場まで工場の通勤専用車で片道1時間半、日々遠距離通勤をしているといえます。

元々家で畑作を営んで生活していたシムヘーンさんだが、数年前にプノンペンの靴工場へ就職を決めた。「村の人たちが工場の仕事に就いて生活が良かった様子を見て、自分も憧れました」。実は6年前にも一度工場の仕事に就職しようと挑戦したが、病気にかかった親の面倒を見るため、その志を断念した。今は年老いた親の面倒は2人の子供が見てくれるようになり、以前から思い続けていたプノンペン郊外の工場に通勤し、工員として働いている。



▲コロナ前に新しく建てた実家

安定した収入が工員の魅力だと語るシムヘーンさん。「今までは実家の畑で作物を育てて生活してきましたが、やはり気候に収穫が左右されると、輸入野菜の価格競争で立ち行かなくなり、不安定な畑作からの収入よりも損をしない、そして何よりも収入が安定する工場の仕事をした方が良くと思ったんです」。中学3年生の娘と中学2年生の息子の教育費や家計の安定のためにも、定期的な収入を得ることは親としての義務だと思うと話す。「子供が大きくなり、学校も遠くなったので通学のためのバイクも必要です。また今ではスマホも一人一台は必要など、多様な生活の変化に伴い家庭の出費も変化するので、それに応じる安定した収入源を探さないといけないのです」

そんな「出費」に応じてくれるのが金融機関ということで、子供の通学用バイクの購入、新築したトイレの建築費用などを地元の金融機関から借りたという。その前提条件が「安定収入」があるかどうかだ。「工員としての給与証明と土地の登記簿などの書類を出せば、マイクロファイナンスからローンを受けることができます。現在、そのローン返済と日々の生活のために働いています」

工員としての経験がなかったシムヘーンさんだが、採用時には同じ靴工場に勤める親戚の紹介もあり、採用が決まったという。「応募したときは靴作りの経験は全くなかったんですが、採用後に教育を受けて真面目にやっていたら問題ありませんでした」



シムヘーンさん

親と子供の面倒を見なくてはいけないシムヘーンさんは、住み慣れている故郷を離れて見知らぬ土地に住んで働く選択はなかった。「今の職場は毎日行き来して仕事ができるため働くことを決めました。親も年をとっている子供もまだ中学生なので、面倒を見ないといけない。仕事のための移動はちょっと面倒ですが、畑の仕事より安定的な収入が得られるので、頑張るしかないんです」

仕事は月曜日から土曜日の朝7時から午後4時まで（昼休み1時間）。毎日朝4時に起床している。工場への通勤には月65,000リエルがかかるが、仕事と家庭の両立のための必要経費だ。「体力的にはきついですね。仕事が順調な時はいいのですが、製造が注文期限に間に合わない時など、精神的にもプレッシャーがあります。でも、今は月に約250ドルという安定収入を得ることができているし、夫も違う工場で働いているので、夫婦で頑張ってるんとかやっています」



▲恩返しのために年老いた親をいつも大切にしているという（親に水をかけて健康を祈るシムヘーンさん、一番右）



▲大きくなった子供が必要な登校用のバイクを買うために貯金も頑張っているという



田舎に預ける子供の ために頑張る共働き夫婦

2人の子供（長女10歳、次男6歳）を田舎の親元に置いて、プノンペンに上京して共働きをしている夫婦がいます。出産直後から今に至るまで子供と離れた生活をしているけれども、月に一度は帰省して子供との時間を作っているというカーン・モイニブさん（30）が、今の生活についていろいろ教えてくださいました。



モイニブさん

モイニブさんは、縫製工場の工員として11年間働いている。親戚の紹介で2012年に採用されてから、プノンペンに上京して服の仕立てを行っている。「工場に入る前に短期間ですが基本的な縫製の訓練を受けていたので、その技術を買われて採用されました」

住居費の負担を軽減するため、夫婦と姉の3人でアパートを借りて生活している。「月に40ドルで借りた部屋に3人で住んでいます。他に水道代と電気代で約60,000リエル支払っており、切り詰めながら生活をしています」。給料が少ないからと質素節約に努めるモイニブさんは、交通費を節約するために工場近くのアパートから毎日約5分かけて徒歩で通勤しているという。



▲晩ご飯を作るために賃貸アパート周辺の売り場によく買い物に行っているという



仕事内容

工場の仕事は朝7時に始まり、遅刻すると叱られたり減給されるという。たいていの工員は朝早く起きて朝食を作り、家で食べてから工場へ行くそう。昼食は持参のお弁当を工場で食べるのが一般的だ。

従業員全員が毎朝工場に着いたら必ず黒板を見て、その日どのような作業が割り当てられているかを確認する。仕立て部に所属しているモイニブさんは、リーダーから説明を聞いて作業を進める。「ここでの仕事は所属部の上長から目標を聞いて、各自がそれぞれの役割を目標に向かって進めていかなければなりません。他の部と共同で作業を行うこともあり、連携して目標枚数を縫っていくというチームワークが大事になります。どこかの部が遅いと怒られます」



仕事で大変なところ

決められた枚数を縫っていく中で急ぎの注文が入る場合もあり、そんな時は残業しなければならないそう。また、週に一度から月に一度の頻度でデザインの変更があるが、それに合わせた仕立てが上手くできないこともあるという。スキルが未熟な新人工員がいるため、作業が遅れてしまうこともよくあるそう。



▲買い物の時は大抵旦那さんがオートバイで連れて行ってくれる（賃貸アパートから買い物に出掛ける前の様子）



仕事の魅力

工場内にはどこにでも扇風機があり、化粧室も清潔で、以前のように暑く不衛生な環境ではなくなってきているという。また、期日前に納品準備ができた場合は、インセンティブやボーナスが支給される。残業があるときは、月給のほかに手当てが付くので収入が増えるのも嬉しいそう。「工場では仕事を通じていろいろな手当てが得られます。工員みんなで協力し合って仕事に取り組んでいて、環境の良い職場で労働への対価が得られるのが一番嬉しいです」



余暇の過ごし方

「私たち工員は裕福な家庭のように街中に遊びに行くことはめったになく、週末にはたいていアパートで過ごしています。でも、近所の人と食事をしたりはしますね」。多くの人はお金をあまりかけない過ごし方をしているという。贅沢はできないが、アパートの近くのバーベキュー屋や屋台で食事することが些細な楽しみになっているそうだ。



収入と支出について

基本給は月250ドル。残業代やボーナスが出たりすると多少プラスになる。40ドルの部屋を3人でシェアしているので1人の負担は約13ドル。水道・光熱費は1人5ドル程度だ。食費は夫と2人で1日10,000～15,000リエル。毎月親へ50ドル、さらに子供の養育費として50ドルの仕送りをしているほか、故郷の土地購入時の借金を毎月150ドルずつ返済している。このため貯金は毎月ほぼない状態だ。

人は
食うために
働く

カーロッシニ
の生活

Working
in
Live

連載《66》

カンボジアの自然の恵みを享受。

伝統的な酒造りを守りたい

コンボンチャム州出身で、プノンベン都の西南部にあるコンボール区のプレイロゲン村にヤシ酒の製造・販売をするボウ・スレイニッチさん(31)。ヤシ酒はだんだんカンボジアでも飲まれなくなっており、ヤシ酒そのものを知っている若者の数も少なくなっています。そんな状況にある、ヤシ酒販売の現状をレポートします。



▲笑顔が溢れる店主のスレイニッチさん

「ヤシ砂糖は今も人気がありますが、ヤシ酒を飲む人の数はどんどん減っています。ビールの影響もありますね。若い世代にはヤシ酒自体が知られていないことも」とヤシ酒の存在感が薄れていく現状を心配する、ヤシ酒の製造・販売を行うスレイニッチさん。

スレイニッチさんの家は代々ヤシ酒販売をしてきた。自分の家族はもちろん、夫の家族も代々ヤシ酒やヤシ砂糖の販売をしてきたという。今もカンボジアの伝統酒であるヤシ酒とヤシの木でできる農産物を販売して暮らしている。

ヤシ酒の愛飲家が減る一方で、懐かしさからわざわざヤシ酒を飲みに来てくれたり、ヤシの実や砂糖を買いにプノンベンからやってくる客もいるという。香りが良くコクのあるヤシ砂糖の需要はまだあるが、ヤシ酒はどんどん飲む人自体が減っている。しかし田舎出身の男性には懐かしさや馴染みもあり、よく飲みに来てくれるそうだ。そのおかげで、スレイニッチさんは1日7万リエル(20ドル弱)程の収入が得られている。

ヤシ酒を飲みに来てくれるお客さんに笑顔でもてなすスレイニッチさん。美味しいヤシ酒の作り方のコツをちょっと教えてくれた。「ヤシの樹液を木から取ったら、何も入れずそのまま置いておくと自然に発酵してヤシ酒になります。でも、樹皮や花など10種類以上の材料を入れて発酵させると、より美味しいヤシ酒ができるんですよ」。ヤシ酒には2種類ある。若いヤシ酒と熟成したヤシ酒で、前



▲ビールよりも手頃な価格で販売している。1リットル3,000リエル。田舎育ちの人にとって懐かしい味のヤシ酒の存在はありがたい



▲竹筒が店舗前にすらりにおいてあったら、ヤシ酒販売をしているという兆しを出している。



者は甘酸っぱい感じだが、後者は酸っぱみと苦みが強い。

田舎に行くところまで背が高い砂糖ヤシの木がたくさん生えている。砂糖ヤシの木はカンボジア人の生活に欠かせない植物であり、国のシンボルにもなっている。樹木はボートや食器などに加工され、葉はカンボジアの伝統家屋の屋根や壁に利用できる。実も食べられるし、樹液もたくさん取れる。ヤシの樹液は一年中取れるため、ヤシ酒とヤシ砂糖はいつでも製造できる。しかし雨季にはヤシ酒の製造はあまり適していないようだ。雨でヤシの樹液の質が悪くなるからだ。また、雨季はヤシの木が滑りやすいので登るのも困難だという。

カンボジアの伝統を守りながら、そして自然の恵みを享受しながら行うこのビジネスは、エコでありサステナブルだ。「実はこの商売は原価があまりかからないのです。そして、都会の人より地方の人に受け入れられているので、お酒落なお店にする必要もありません。この店のような素朴な雰囲気好まれています」

種類豊富なビールに押されて、ヤシ酒は今後どうなっていくのだろうか。「ビールとの競争に耐えられるかどうかはわかりませんが、ヤシ酒を好きでいてくれるカンボジア人はまだまだいます。

私たちの商品を求めるお客様がいる限り、この商売をやめるつもりはありません」



▲固い黒っぽい丸いヤシの実の皮を切ると中に白い果肉が（そのまま食べるか、氷と練乳をかけて）デザートとして食べられている。



▲スレイニッチさんのお店でヤシ酒を注文すると、ヤシ酒によく合うおつまみも楽しめる（カエルと魚のから揚げ、牛肉の干し物が定番のつまみとしてヤシ酒によく合うそうだ。）

SEA GAMES ボランティア体験記

大盛況のうちに幕を閉じた、カンボジアが初めての主催国となった第 32 回 SEA Games。ニョニウムスタッフの一人、チュンが初日から最終日まで 13 日間ボランティアとして参加しました。職場に復帰したボランティア体験の興奮冷めやらぬチュンの体験日記をご紹介します。



▲情報省管轄のメディアチームのボランティアメンバーと担当者のセルフィ（チュンさんは一番右）

2023 年 5 月 5 日。それは、カンボジアで開催される東南アジア競技大会（SEA Games）の開幕日であり、私がボランティアとして活動する最初の日でもあった。私が担当となったのは、外国人記者のサポートと、情報省管轄のメディアチームのサポートだった。

初日は、朝 8 時半から情報省で誤報やフェイクニュースの疑いのある情報をインターネットで徹底的に調べるよう指示があった。チームで 1 時間ほどネットに流れる情報を見ていくと、あるタイのメディアから今大会で競技種目となった「クン・クメール」はタイの格闘技であるムエタイのコピーだ、という英語版の記事が見つかり、メンバーが早速管理部署に報告した。また、今回の SEA Games にはメディアの入場が禁止されているという不確かなクメール語記事が出ていた。実際のところは、SEA Games 委員会の規約に準じていればどこの国のメディアでも入場可能だが、出場国のメディアと記者が優先されるという特別な条件が設定されているというのが正しいものだった。

午後になり、モロドック・テチャー国立競技場にあるメインプレスセンターから、各国記者のサポートが足りていないとの情報が来たため、私を含めた 3 人のボランティアが情報省から現地へ向かうことになった。自分のバイクで行きたかったが、各国の選手団や応援団、観戦者らみんなが国立競技場へ移動していたため、交通渋滞を避けるべくバスを利用した方が良いと言われ、バスで移動することにした。結局 1 時間ほど乗車した後、日本・カンボジア友好橋（チュロイチョンワー橋）の手前の交差点で大渋滞にはまり、目的地まで 2 時間もかかってしまった。

国立競技場に到着し、私たちはメインプレスセンターへ向かった。そこには 11 ヶ国の記者たちが集まっており、パソコンでタイピングをしたり撮影した映像を見ている人たちがたくさんいた。記者が作業できる場所を確保するため、私たちはテーブルや椅子を片付けたり、テーブルの上のゴミを処理した。これが終わると、部屋の隅に待機して、外国人記者の要望に応じて国立競技場の各会場や国際放送センターの場所などの案内をした。



ニョニウムスタッフのチュンさん



▲外国人の記者が集まるメインプレスセンターの様子



▲国立競技場に集まったボランティアの人々



▲記者がクメール料理を楽しんでいる様子

初日には SEA Games の開
会式もある。19 時頃、私た
ちボランティア 3 人も開幕式
を見るためスタジアムへ向
かった。有名歌手のパフォー
マンスや、カンボジア文化と
伝統あふれる舞台演出、ク
メール王朝の歴史を表した華
やかなパフォーマンスが鮮や
かな照明に照らされ、満席と
なったスタジアムの観客全員
を魅了した。それを実感した
のは私だけではないと思う。
言葉で表現できないほど興奮
したカンボジア人が全国にい
たはずだ。今日のような光景



▲豪華なステージパフォーマンスとライトアップで盛大に行われた 5 月 5 日の開会式

は自分が今まで自国で見たことのないものだった。空一面に広
がる色とりどりの花火とともに、創造性に富んだパフォーマンス
の素晴らしさ、さらに最新のテクノロジーも使いこなし、本当
に美しくかつ完璧な開会式だった。

21 時前に開会式が終わり、興奮に酔いしれながら外に出てバ
ス停まで歩いた。だが、この後私は大変なことになった。帰宅
するためのバスが見つからないのだ。恥かしい話だが私はいま
まで市内バスに乗ったことがなく、バスの乗り方がわからなかつ
たのだ。たくさんのバスがバス停には並ぶが、目的地までのバスを
どうやって見つけたらよいかわからない。バスの運転手に聞いて
回っていたら、自分の乗ってきたバス番号と同じバスで帰らない
といけなと言われた。乗ってきたバスの番号なんて覚えていな
い。30 分経ってもバスが見つからなかったので、私たち 3 人はトウ
クトゥクで帰ることにした。だが、その時間帯に郊外の場所で、
しかも帰宅する人で混雑している中トウクトゥクも捕まえられず、
困った私たちは徒歩で大通りまで出ることにした。夜遅い時間
だったが、同じように帰る手段がないのか歩いている人がたくさ
んいた。約 1 時間歩いて 23 時頃になり、ようやくトウクトゥクを
捕まえることができた。帰宅したのは深夜 0 時前だった。

翌日から 16 日まで、毎日 15 時から 19 時までのシフトで国
際放送センターで活動することになった。チームで、記者団にス
タジアム内の試合会場の案内をしたり、国際放送センターの出
入り口周辺の安全チェックをしたり、時には撮影中の記者団の
ための安全確認をしていた。12 日には国立競技場で陸上競技
の決勝が終わると、閉会式の設営スタッフと式典担当の他のボ
ランティアチームが忙しそうに出入りしていた。

そして SEA Games の最終日の 17 日。閉会式がフン・セン首
相出席のもとで開催された。その日、私のチーム (10 人) から
閉会式のパレードへの参加募集があり、誰もが参加したいと名
乗り出た。私より年下のメンバーがほとんどだったので、私を含
めて年長の 3 人は国際放送センターに残り、他のメンバーはパ
レードの練習に出ていった。そのパレードには約 1,200 人のボ
ランティアが参加したようだ。

17 時を過ぎた頃、閉会式のイベントが始まった。だが、オー
プニングコンサートが始まって間もなく激しい雨が降り始めた。
このまま閉会式が滞りなく行われるのか心配だったが、しばらく
して雨が止み、チームリーダーが居残り組の私たちの 3 人も閉会
式のイベントに参加させてくれることになった！ 少し遅れての参
加だったが、素晴らしいパフォーマンスが見られた。すべてのパ
フォーマンスの後、フン・セン首相の閉会の挨拶があり、私は
人生で初めて首相を自分の目で見ることができ興奮した。

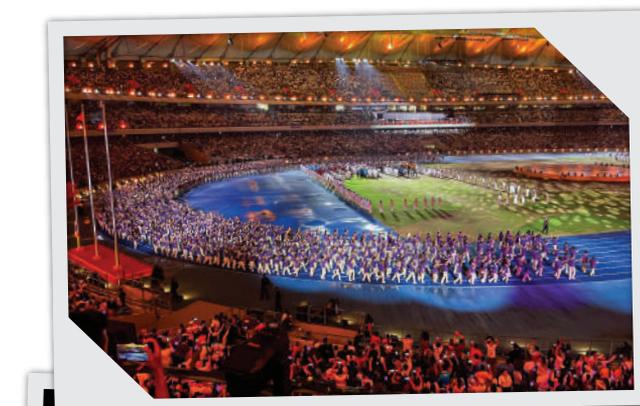
首相の挨拶が終わると、「カンボジアの誇り」という新しい曲
の演奏とパフォーマンスがあった。この曲のパフォーマンスとと
もに空を彩った鮮やかな花火がスタジアムの多くの観客を魅了
し、カンボジアが SEA Games を開催し、無事閉幕できたこと

を誇りに思わせてくれた。これで 13 日間の大会が終了したが、
SEA Games の長い歴史の中で主催国となるのを待ち続けた国民
の一人として、ボランティアで貢献できたことを光栄に感じた。

閉会式後に国際放送センターにボランティアの皆が戻り、
お別れをした。13 日間一緒に仕事でできたことで一体感や友
情が生まれ、別れを告げたときは胸に熱いものがこみ上げ、
名残惜しかった。



▲スタジアムが満席になった閉会式の観客の様子



▲上下：閉会式のボランティアによるパレード参加の様子

SDGs って何？

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

持続可能な開発目標 (SDGs):

Sustainable Development Goals)。国連が策定した、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標のこと。17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の誰一人取り残さないことを誓っています。日本でも4人に3人以上が「聞いたことがある」と答えています。実践しているという人は少ないのが現状です。今回、プノンペン日本人学校が取り組んでいるSDGsについて紹介したいと思います。

教育現場のSDGs

from プノンペン日本人学校 Vol.2

プノンペン日本人学校の特別授業を紹介

(株) steAm が主催する「未来の地球学校」という特別授業を行っています。プログラミングやメタバースの世界の体験、クメール語講座による文字の習得、5月からはプノンペン大学の学生の協力を得て英語・クメール語のアウトプットにも力を入れ、海外の学校ならではの教育を展開しています。まさに教科書では学べない授業と言えます。



メタバースの世界と教育との相性は良く、2Dでは理解しづらい単元学習への期待が寄せられています。仮想空間（失敗できる環境）だからこそ、自由な好奇心や発想力が鍛えられます。



学校外での学びの大切さ、学んだことを行動に移す

在カンボジア日本大使館見学、キングフィールドの見学、消防署見学、シルクアイランドのサイクリング遠足、サツマイモ・マンゴー収穫、お別れ遠足&お迎え遠足など、学校外での学びは今年も活発に行われています。



通常は入館できない在カンボジア日本大使館。そこへ社会見学ができる日本人学校は、特別な場所であることがわかりますね。

未来を守るため、学び、体験したことを発信・繋がる重要性

親日国トルコで起こった大地震に対し、児童生徒会は緊急募金活動を実施。2日間で263ドルを集めました。

2月に実施した学習発表会では、中学部によるSDGsの取り組みの様子をスライド・動画・ラップ音楽にして紹介。小学部は、反戦群読、カンボジアの伝統楽器の演奏、カンボジアの魅力・学校の日常などを発表しました。学習発表会が行われたのは、プノンペン大学敷地内にある絆ホール。今年は日カンボジア友好70周年。良きパートナーとして友好関係を深めていきたいですね。



SDGsの実践を1年間通してやってきたからこそできたラップ音楽。ホームページで確認できるみたいです。



少人数クラスだから、日本の学校に比べて手厚いフォローが受けられるよ。

日本と同じカリキュラムだから、いつ日本に戻っても大丈夫だよ。

小6、中3の進路指導も大丈夫。各都道府県にあった相談ができるよ。

先生はもちろんジャパングオリティ！各都道府県からの経験豊富な先生がいるので面白いよ。

全天候型の広い運動場で、サッカー、バスケ、バレー、ドッジビー、バドミントン、鉄棒、雲梯、竹馬、長縄などなど、毎日思いっきり遊べるよ！



日本ではできないJSPPだけの体験型行事（社会見学、ゲストティーチャー招致など）がすごく多いので楽しいよ！

英語教育、ICT、SDGs教育に力を入れているよ。



入学相談・授業体験 随時受付

プノンペン日本人学校

No.205B, Street Plov Lum, Group5, Sangkat Toek Thla, Khan Sen Sok, Phnom Penh, Cambodia

+855(0)92-882-140

jsppcambodia@gmail.com



最新情報はFacebookページで！



〈ボンユキ・プロフィール〉
 在カンボジア歴、足掛け29年。翻訳、通訳のほかカンボジア関連のアレンジやコーディネートを手がけることも。仕事に追われつつも、大好きなビールは絶対に欠かさない。

ニョニウム 20 年を振り返ってみよう！ Part4 (最終回)

カンボジアに長年住むと街の移り変わりが見てくる。おもしろくもあり、どこかもどかしくもある。通訳、翻訳、会社経営に奮闘中のボンユキこと山崎幸恵がおくるカンボジアあれこれ。

NyoNyum WEB でも「社長日記」連載中▶



2023 年はニョニウムが 20 周年を迎える年。前号に続き、この 20 年、私たちが何を見てきたのかを振り返ってみます。今回は Part4 として、2018 年～現在です。

この時期は、やっぱりなんといつても「紙媒体」と「デジタル」の間で葛藤を抱えた時期でした。カンボジアでもオンラインショップや Facebook などの広告枠を使って自社製品やサービスを PR するといったことが増えてきて、自然に紙媒体への広告掲載は下火に。それでも、まだまだ「やっぱり紙媒体で手に取って読める雑誌は貴重ですよ！」なんて読者の皆さんから声をかけていただき、それがうれしくて雑誌を発行してきました。

しかし、「紙媒体を続けるのか、デジタル化していくのか」を本気

で考えさせたのは、「コロナ前→コロナ禍→コロナ後」という流れでした。コロナ禍では、「通訳・翻訳部門」「雑誌・情報部門」「ショップ部門」のすべてが 90%以上の売上減（これは精神的にも参りました）。そして、オンラインで通訳の仕事が増えてくると、これまでこだわってきたものから抜け出し、発想の転換をする時期なのかもしれない、なんて考えがもやもやし始めたのです。

私が出した結論は、「ニョニウム 20 周年となる 2023 年 10 月号をもって、紙媒体の発行を休刊し、オンラインで情報発信を続ける」というものです。この場をお借りして皆様にお伝えさせていただきます。この数ヶ月、少しずつお会いした方には口頭でお伝えしてきましたが、このように公の場で文字にするのは初めて

です。20 年間続けてきた雑誌ですから、それを休刊すると決めるのはたやすいことではありませんでした。でも、デジタルでまた何か新しいことが始められるのではないかとというわくわく感もあります。

日本語での情報源がほぼないカンボジアで始まった「ニョニウム」。カンボジアの日常を伝えるのですから、ネタが尽きるということはありませんでしたし、これからも伝えたいコトがなくなることはないと思います。紙媒体としては 125 号(本号)、126 号(8-9 月号)、127 号(20 周年号)の発行のみとなります。発信媒体は変わりますが、本質が変わらなければ、わたしたちは「ニョニウム」でい続けられる。そんなニョニウムをこれからもどうぞよろしくお願いいたします。

シエムリアップ Moi Moi ライフ

「Moi Moi」とはクメール語で「ひとつずつ、ゆっくり」との意味。恵み豊かなカンボジアでのスローライフをお届けします。



小出 陽子 (Yoko KOIDE)

1992 年早稲田大学大学院卒。一級建築士。2000 年、UNESCO/JSA 遺跡修復オフィス建設のため、カンボジアに赴任。2005 年～2020 年、シエムリアップにてレストラン Cafe Moi Moi を経営。2005 年 JST (NGO: アンコール人材養成支援機構) を設立し、農村地域の支援活動を始める。2013 年「アンコールの都の西北」に公立のバイヨン中学校を創設。2019 年には高校も併設され、現在、全校生徒 1,000 人の学校運営を行っている。

● JST ホームページ
<http://www.jst-cambodia.net>

ベトナムのクメールクロムを訪ねて

皆さんもご存じのように、アンコール時代、クメール帝国はインドシナ半島の広い地域を支配していました。そのため、現在も東北タイやベトナムのメコンデルタ地域などに多くのクメール民族が住み、それぞれクメールスリン、クメールクロムと呼ばれています。また、クメール文明発祥の地は、クメールクロムが住むオケオ遺跡周辺でもあります。

3 年前、私は、メコンデルタ地域最古のクメール寺院、642 年創建のサムロン・アエク寺院を初めて訪問し、僧侶のみならず檀家である近隣住民も日常的にクメール語を話すのを目の当たりにしました。そして、メコンデルタ地域には 500 以上のクメール寺院があり、100 万人ものクメール民族が住むこと、寺院を中心とした檀家で共同体をつくり、クメールの伝統を大切に守りながら暮らしていることも知りました。近くにはクメール民族博物館もありました。カンボジア国内以上に、クメールの精神がここのベトナムで継承されている！と肌で感じ、感銘を受けた訪問でした。



▲ クメールクロムの子供たち

そして先日、2 度目の訪問。まず知っていたことは、ベトナム人でもあるクメールクロムの帰属意識です。何人かに質問したのですが、全員が「もちろんクメール。私たちはクメール民族として誇りをもって生きている」と熱く語ってくれました。

しかし、「クメールクロムは抗仏戦争やベトナム戦争で重要な戦力として戦ったのに、ベトナム国家の中で虐げられ、弱い立場に置かれている」とか、「クメールクロムから 3 人もカンボジア首相(ソン・ゴク・タン、ロン・ノル、ソン・サン)を輩出しているのに、カンボジア人からはベトナム人だとみなされて嫌われ、とても悲しい」などと、国家間で翻弄される彼らの悔しく苦々しい胸の内も知ることになりました。社会主義国家にあるため学術調査も難しく、情報量も少ないこの地域ですが、一人でも多くの人々に認識してもらえたらと強く願う訪問となりました。

月間ドムライ



一年中同じ食材が並ぶマーケットでも、季節によって値段は微妙に変わります。旬をねらえばぐっとおトク。チェックしてからおかけましょう。

為替レート(Exchange Rate) US\$1 = R 4,106

市場market		平均	市場market		平均
アイテムitem		Average	アイテムitem		Average
米(フカークニエイ) Rice (ニアンマン)	1キロ (1kg)	3896 +100 2840 +40	卵 Chicken Egg	10個 (10pcs)	5100 -300
ピーナッツ Peanut	1キロ (1kg)	8500 +100	大豆 Bean	1キロ (1kg)	6800 +100
白ゴマ White Sesame	1キロ (1kg)	10800 -2000	小麦粉 Flour 1	1キロ (1kg)	4600 +40
コショウ Pepper	1キロ (1kg)	31500 -1240	ニンニク Garlic	1キロ (1kg)	6000 -400
牛肉 Beef	1キロ (1kg)	40000 -600	アヒル肉 Duck	1キロ (1kg)	16400 -0
豚肉 Pork	1キロ (1kg)	23600 -0	ほうれん草 Chinese Green	1キロ (1kg)	5000 -500
鶏肉 Chicken	1キロ (1kg)	37800 +7800	キャベツ Chinese Cabbage	1キロ (1kg)	5200 -500
トマト Tomato	1キロ (1kg)	5500 -500	塩 Granulated Salt	1キロ (1kg)	1200 -40
キャベツ Cabbage	1キロ (1kg)	4800 -300	カリフラワー Cauliflower	1キロ (1kg)	7000 -2200
キュウリ Cucumber	1キロ (1kg)	4000 -1100	人参 Carrot	1キロ (1kg)	4000 -200
バナナ Banana	1房 (bunch)	3000 -900	マンゴ Mango	1キロ (1kg)	3200 -0
オレンジ Orange	1ダース (bunch)	13000 -0	パイナップル Pineapple	1キロ (1kg)	2900 -0
ガス Gas	1キロ (1kg)	74000 -6000	トウガラシ Chilli	1キロ (1kg)	12000 -2000
ガソリン Gasoline	1リットル (1 liter)	4100 -150	通貨単位: R(リエル) -は前月より安値、+は高値 ※ 2023年02月27日~2023年03月16日の調査期間中の5日ごとの調査結果の平均値を表しています。		
ディーゼル Diesel	1リットル (1 liter)	3800 -400			

ニョニユム便利帳 Guide

- 【国際電話】 Oversea Calls
001または007-国番号-電話番号
001 or 007 - Country Code - Phone Number
- 【インターネット】 Internet Access
インターネットショップ、ホテル、ゲストハウスなどにサービスあり。最近では無料Wi-Fiが使えるコーヒーショップがほとんど。日本語のフォントを持つショップも多い。
Internet access can be available at internet shops, hotels or guest houses. WiFi service is also available.
- 【ビザ取得料金】 Visa
シングル入国ビザ Single Entry Visa \$28.75
マルチ入国ビザ Multiple Entry Visa \$57.5
トランジットビザ Transit Visa \$6.25
- 【空港タクシー】 Airport Taxi
プノンペン Phnom Penh \$7-\$18
シェムリアップ Siem Reap \$10-\$12
- 【空港トゥクトゥク】 Airport Roewe Mok
プノンペン Phnom Penh \$5-\$10
シェムリアップ Siem Reap \$4-\$5
- 【両替・換金率】 \$1=約4,000リエル
Exchange Rate \$1=4,000 Riel
- 【電圧】 220V (Voltage = 220V)

緊急連絡先 Emergency

- 在カンボジア日本国大使館 (Embassy of Japan)
月~金 023-217-161 (開館時間 8:00 ~ 12:00,
14:00 ~ 16:30 ただし電話受付は 17:45 まで)
平日昼休み時間 061-799-883
平日夜間および休館日 023-217-161
- 在シェムリアップ日本国領事事務所 063-963-801~3
入国管理事務所 (Immigration Office) 023-890-380
《警察》(Police) 117 or 012-999-999
プノンペン市警察外国人課 (Phnom Penh Police)
097-778-0002 英語可 (English)
- 《ツーリストポリス》(Tourist Police)
プノンペン (Phnom Penh) 012-980-088, 012-942-484
シェムリアップ (Siem Reap) 012-402-424, 023-726-158,
012-838-7768, 063-760-215
- バットアンバン (Battambang) 077-671-980, 092-999-995
シアヌークビル (Sihanoukville) 034- 657-9888, 097-725-5543
- 《消防》(Fire Station)
プノンペン (Phnom Penh) 666, 118, 011-997-296,
023-723-555
- シェムリアップ (Siem Reap) 012-784-464, 012-872-549
バットアンバン (Battambang) 053-953-222
シアヌークビル (Sihanoukville) 016-857-476, 016-207-790
- 《救急》(Emergency Medical Service)
プノンペン (Phnom Penh) 119 or 023-724-891
シェムリアップ (Siem Reap) 012-235-888, 012-630-399
バットアンバン (Battambang) 053-952-822, 090-444-777
シアヌークビル (Sihanoukville) 081-886-666
- 《病院》(Hospitals)
▼プノンペン (Phnom Penh)
サンライズジャパン病院 (Sunrise Japan Hospital)
(023/078)-260-152 (一般), 023-260-163, 023-260-153 (救急)
ロイヤルプノンペン病院 (Royal Phnom Penh Hospital)
023-991-222, 023-991-000
ラッフルズメディカル (Raffles Medical) 012-816-911, 012-838-283
ケンクリニック (Ken Clinic) 023-223-843, 023-216-911
サンインターナショナルクリニック (Sun International Clinic)
069-268-060 (JP), 023-956-777 (EN, KH, CH)
- ▼シェムリアップ (Siem Reap)
ロイヤルアンコール病院 (Royal Angkor International Hospital)
063-761-888, 012-235-888

『NyoNyum』 デジタル版、登場!

インターネットに
接続できれば、
日本からでも
手軽に購入可能!

カンボジアの
旬の情報を
リアルタイムで
ゲット!



便利で使いやすい
デジタル版
『NyoNyum』をぜひ
一度お試しください!
1部 400円
年間定期購読(6部)
2,400円

検索機能で
読みたいページに
すばやくアクセス!

≡ クリック!

デジタル版は富士山マガジンサービスにて
お取り扱いしています。 <http://www.fujisan.co.jp/>

※ NyoNyum Web でもカンボジアのニュース配信中!

最近のカンボジア関連ニュースのなかから、気になるビジネストピックをピックアップ。
カンボジア在住歴 15 年の日本人エコノミスト・鈴木博氏による解説付きでお届けします。



アジア経済見通し 2023 春 カンボジアは観光回復に期待

アジア開発銀行 (ADB) は、4 月 4 日に「アジア経済見通し 2023 年 4 月版 (Asian Development Outlook April 2023)」を発表した。ADB では、パンデミックに対する規制の緩和が続き、消費や観光、投資が喚起される中、アジア・太平洋地域の開発途上国の 2023 年の経済成長は加速すると予測している。ゼロコロナ戦略から転換した中国の経済活動の再開が、同地域の成長見通しを明るくする主な要因となっている。アジア開発途上国の経済成長見通しを 2023 年 4.8% (2022 年 10 月 予測 4.9%)、2024 年 4.8% と予測している。アジア・太平洋地域のインフレ率は、国・地域によってかなりばらつきがあるものの、パンデミック前の水準に向かって徐々に緩やかになると予測した。

解説

カンボジアについては、2023 年の GDP 成長率を 5.5% (前回 6.2%)、2024 年は 6.0% と予測している。縫製品等については、欧米の経済鈍化の影響で伸び悩むものと見ているが、2023 年第二次産業の成長率は 5.8%、さらに 2024 年は 7.8% まで伸びると予測している。農業については、2023 年の成長率を 1.1%、2024 年 1.2% と見ている。また、中国の再開に伴い観光が伸びるとして、第三次産業の成長率は 2023 年 7.8%、2024 年 6.8% と予測している。物価上昇率予測については、ロシアのウクライナ侵略等の影響もあり、2022 年は 5.3% まで高まったが、2023 年は 3.0%、2024 年は 4.0% に落ち着くと見ている。国際収支については、経常収支の赤字 (対 GDP 比) が 2021 年には 40.4% に達したが、2022 年は 25.3% にまで縮小した。また、この赤字は、外国直接投資等で埋め合わされて、外貨準備は 2022 年末で 178 億ドル (輸入の 6.1 ヶ月分) と十分なレベルにある。今後とも国際収支は安定的と予測しており、2024 年末の外貨準備は、211 億ドル (輸入の 7 ヶ月分) と予測している。

リスクとしては、欧米の経済停滞、民間向け貸付の増大、中国からの観光客・直接投資の伸び悩み、エネルギー価格の高騰等を挙げている。なお、カンボジアは、気候変動に脆弱な状況にあるとして、その対策強化が必要であると提言した。

2023 年第 1 四半期 カンボジアからの輸出減少

カンボジア経済財政省の関税消費税総局の発表によると、2023 年第 1 四半期 (1 月～3 月) のカンボジアからの輸出は、対前年比 5.7% 減の 53 億 9,201 万ドル (約 7,280 億円) に留まった。輸入は、21.3% 減の 58 億 6,013 万ドル (約 7,910 億円) だった。

輸出先を国別に見ると、1 位は米国で対前年同期比 15.2% 減の 18 億 2,305 万ドルで、全体の 33.8% を占めている。2 位はベトナムで 19.9% 増の 9 億 980 万ドル (シェア 16.9%)、3 位タイ 5.0% 増 3 億 3,416 万ドル (シェア 6.2%)、4 位中国 2.1% 増 3 億 2,865 万ドル (シェア 6.1%)、5 位日本 0.9% 増 3 億 839 万ドル (シェア 5.7%) となっている。輸入は、1 位は中国で対前年同期比 0.7% 減の 25 億 3,377 万ドル (シェア 43.2%)、2 位ベトナム 0.6% 減 9 億 5,761 万ドル (シェア 16.3%)、3 位タイ 15.3% 減 7 億 2,596 万ドル (シェア 12.4%)、4 位インドネシア 42.2% 増 2 億 9,265 万ドル (シェア 5.0%)、5 位台湾 27.1% 減 1 億 9,410 万ドル (シェア 3.3%) となっている。

品目別輸出では、縫製品が 1 位で対前年同期比 22.6% 減の 16 億 5,463 万ドル (シェア 30.7%)、2 位電気部品 101.7% 増 7 億 3,677 万ドル (シェア 13.7%)、3 位穀物 33.1% 増 5 億 3,810 万ドル (シェア 10.0%)、4 位旅行用品 22.3% 減 3 億 8,520 万ドル (シェア 7.1%) 等となっている。品目別輸入は、1 位石油製品 7.8% 増 8 億 7,003 万ドル (シェア 14.8%)、2 位縫製原料 24.0% 減 5 億 9,190 万ドル (シェア 10.1%)、3 位車輛 18.0% 減 4 億 3,467 万ドル (シェア 7.4%)、4 位機械 8.5% 増 3 億 6,830 万ドル (シェア 6.3%) 等。

解説

品目別輸出で、日系企業等が製造・輸出している電気部品が大きく伸びたことが注目される。他方、カンボジアの主力輸出品である縫製品、履物、旅行用品が軒並み 2 割以上の減少となっており、今後が懸念される。品目別輸入では、石油製品の輸入金額が引き続き増加している。他方、縫製品の受注が減少したため縫製原料の輸入も減少した。

カンボジアの輸出産業は、新型コロナの影響から予想よりも早く回復してきた。しかし、

主要輸出先の米国・欧州の景気減速等の影響で、今年は逆風を受けることが懸念されている。中国への輸出、中国からの輸入は、概ね横ばいであり、2022 年 1 月に発効した中国との自由貿易協定の効果は、現状ではカンボジア側には大きくなかったものと見られる。

北九州市上下水道局、日本水大賞受賞。カンボジアでの活動を評価

4 月 6 日、北九州市は、北九州市上下水道局が第 25 回日本水大賞を受賞したと発表した。日本水大賞は、水循環系の健全化を目指し、美しい水が紡ぎだす自然の豊かさの中にも、水災害に対して強靱な国土と社会の実現に寄与することを目的としている。1998 年から実施されており、国内で水環境問題に取り組む個人や NGO / NPO、学校や企業などに贈られてきた。なお、水大賞の委員会は、秋篠宮皇嗣殿下を名誉総裁に、各界の有識者で組織されている。

解説

今回の受賞は、「世界に広がる北九州市の水に関する技術」として、北九州市上下水道局の 30 年以上にわたる国際協力の活動が認められたものである。北九州市によると、上下水道局は外国の上下水道のインフラ整備や運用能力の向上のために、30 年以上にわたって職員を派遣したり、研修員の受け入れを行ったりしてきた。特に、カンボジアの首都プノンペンで行った技術協力により、現地の水道品質が劇的に向上し、アジアで数少ない「飲める水道水」を実現して、「プノンペンの奇跡」と呼ばれるまでに至ったことが評価された。また、その後も、継続的な支援を行い、カンボジアの地方都市の水道事業の改善につなげているとしている。なお、地方自治体が海外で実施した取り組みでの大賞受賞は初となる。

北九州市の長く継続した支援は、プノンペンの上水道を始め、カンボジアの地方都市の上水道の改善やカンボジア初の下水道となるプノンペン下水処理場の計画等に大きく貢献してきた。今後ともこうした息の長い支援が継続されていくことが期待される。

解説者：鈴木 博 (カンボジア総合研究所 CEO / チーフエコノミスト)

カンボジア関連のニュースやイベント、グルメなど情報満載の NyoNyum WEB はこちらから →



Special Thanks

今号のありがとう 広告主さま一覧表

アート / Art Ad (広告) Happy Cambodia Gallery P: 33	金融・保険 / Finance, Insurance Ad (広告) J Trust Royal Bank P: 2 Phnom Penh Commercial Bank P: 5 SATHAPANA Bank P: 3	不動産 / Real Estate Ad (広告) Starts (Cambodia) Corporation P: 2
会計監査 / Accounting MJACCOUNTING SERVICE CO., P: 6	通訳翻訳サービス / Interpretation & Translation Service Cambodia Joho Service inc. P: Back Cover (CJS inc.)	販売 / Sale Angkor Cookies P: 32 Kurata Pepper P: 6
清掃・建物メンテナンス / Building Maintenance Soken (Cambodia) Co.,Ltd. P: 4	医療サービス / Medical Service Ken Clinic P: 6 Raffles Medical P: 6	学校 / School Japanese School of Phnom Penh P: 26 J gakushu-juku P: 30
建設・建築 / Construction Omura Group P: 4		

<カンボジアで頑張っている皆さんへ>

新型コロナウイルス感染症の影響を受けながらも、カンボジア国内で生きる多くの人々、事業者、行政の皆さん、それぞれの立場で頑張っていらっしゃることと思います。どうか、みなでこの未曾有の事態を乗り越え、笑顔で頑張ってください！



広告掲載のお問い合わせはこちらまで
ADVERTISING
Pls CONTACT US !!
012-500-052, 016-657-290
 ☎ nyonyum@cisinc.co.jp 🌐 http://nyonyum.net

NyoNyum
カンボジアの生活文化を伝えるメディア
Cambodian Life & Culture in Japanese and English

家庭教師

- そろばん
- カンボジア語
- 国語・算数
- 英会話

※科目や時間帯によっては、すぐに講師を派遣できない場合があります。

**オンライン
レッスン
受付中!**

ウェブサイトからお問い合わせ下さい
J学習塾 検索

グループ割
 グループレッスンは
 2人目以降
授業料半額!

NyoNyum

デザイン承ります

Namecard · Postcard · Leaflet · etc.



名刺



ポストカード



チラシ



etc.

日本語・English・クメール語

お気軽にご相談を。

Cambodia Joho Service inc.
 Phnom Penh, CAMBODIA
 Tel : +855-12-500-052
 E-mail : cjs@cisinc.co.jp

Back Number

バックナンバーのお知らせ

■バックナンバーは以下の場所で販売しています。

カンボジア

1部 \$2 で販売しています。
 ニュニウム編集部までお問い合わせください。
 (Tel:012-500-052 Phnom Penh, CAMBODIA)

日本

「ご希望の号、ご住所、氏名、電話番号、メールアドレス」をご明記の上、弊社 Cambodia Joho Service inc. までご連絡ください (nyonyum@cisinc.co.jp / cjs@cisinc.co.jp)。1部 600円 (送料込み)。年間 3,600円 (送料込み) で定期購読も承っております。

また、旅の本屋のまど (東京都杉並区西荻北 3-12-10 司ビル1階) や 内山書店 (東京都千代田区神田神保町 1-5) でも紙版を、富士山マガジンサービスではデジタル版をお買い上げいただけます。

- 96号 味わうカフェ空間
- 95号 乗ってみよう! 新・ブンベン交通
- 94号 クメールの誇り
- 93号 カンボジア昔ばなし
- 92号 いま、「ポイベト」が熱い!
- 91号 ニュニウムの
カンボジア時事録 2003-2017
- 90号 飛翔せよ、カンボジアのアスリートたち!
- 89号 がんばれ、未来の技術者たち
カンボジアロボコン 2017
- 88号 ブンベン市場案内
- 87号 カンボジアの昔にタイムスリップ!
- 86号 あなたはどっち派?
セレブな夜 or ローカルな夜
- 85号 エビ、食べ行こう! タケオの旅
- 84号 知ろう! 歌おう! クメールソング♪
- 83号 働く女たち
- 82号 小学校とぼくらの毎日。
- 81号 パートナーは外国人
- 80号 魅惑の養殖場で、飼う! 買う!
- 79号 「美しい」ってなんだろう?
- 78号 今をときめく有名人 2015
- 77号 今日もきちんと朝ごはん。
- 76号 ブンベンから日帰りで。
見に行きたくなる、あの景色
- 75号 ブンベンから日帰りで。
見に行きたくなる、あの景色
- 74号 今年のあなたの運勢は? 占いのススメ
- 73号 どんなデートしてますか?
- 72号 僕たちは、屋台がないとダメなんだ!
- 71号 じっくりたっぷり、
お寺で過ごしてみませんか?
- 70号 今、Cリーグが熱い!
- 69号 あした、島へ行こう。
- 68号 カンボジアの子育て事情
- 67号 気になるあそこに再訪問!
- 66号 世にも奇妙な!? カンボジアの
都市伝説・迷信
- 65号 カンボジア 暮らしの道具たち
- 64号 カンボジア 流行りもの案内
- 63号 いまから、バタンバン
- 62号 はじめてのニッポン
- 61号 2012 カンボジア×ファッション
- 60号 カンボジアで、スポーツを。
- 59号 不思議、すてき、ラタナキリ!
- 58号 "Boku Seka" in Cambodia!
- 57号 これがなくっちゃ始まらない!
カンボジア・スープ図鑑
- 56号 クールで不思議!
カンボジア人の暮らし知恵袋
- 55号 ぼくたちの
「ニュー・シネマ・パラダイス」

これ以前のバックナンバーは、ニュニウムWEBでご覧いただけます。



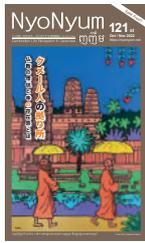
124号 開催迫る SEA Games 2023! 人選手ごねのトレーニング記録



123号 コロナ禍で変わりゆく日本語観光ガイド



122号 お茶の間の娯楽はやっぱりテレビレ!



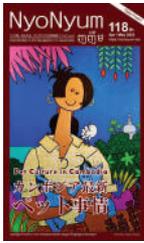
121号 クメール人の拠り所 仏教の僧侶と寺の存在感とは?



120号 より住みやすい街を目指して! シェムリアップの今を歩こう



119号 変わりゆくクメール女性たち ー古来から現代につづくカンボジア女性の姿ー



118号 カンボジア最新ヒット事情 ーPop Culture in Cambodia



117号 ブンベンの生活環境改善を目指して!



116号 カンボジアの休日を楽しもう! 現地の人々に聞く「徹底研究」



115号 自己の記録を塗り替える! ー東京とベトナムのビックからレポート



114号 電子決済の世界



113号 カンボジアのデジタル教育 徹底研究! ー教育現場の満ちるのか? ー



112号 人々の営みに寄り添って! カンボジア/日本 ODA プロジェクト訪問



111号 味の決め手はアラホック



110号 通うたびに深まる魅力! シェムリアップ



109号 カンボジアの社会保障制度 ー国家社会保険料金の5%について



108号 トゥールトンボンエリア街歩き! ー頑張る商店街応援企画



107号 補い合うことの尊さ ーみんなの笑顔が溢れる社会を目指して



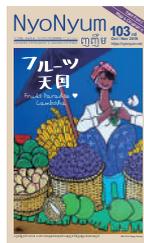
106号 起こせ! カンボジア農業革命 ーカンボジア農業の秘めた可能性



105号 クメールの魂を踊りに込めて ー舞踏家たちのあれこれ



104号 水とともに生きる ー水と共生するための水の実現のために



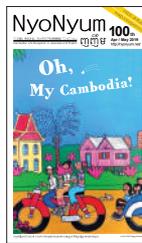
103号 フルーツ天国



102号 カンボジアアプリ図鑑



101号 ガイドブックには載っていない シェムリアップ どうでしょう?



100号 Oh, My Cambodia!



99号 草木のちから



98号 日本に習はれ! カンボジア人 Cambodian people are Japan-inspired!



97号 住まいのカタチ

アンコール見聞録

東南アジア競技大会 (Southeast Asian Games=SEA Games) マラソン

Sea Games

2023年5月5日～17日にかけて、カンボジアにおいて第32回東南アジア競技大会が開催され成功裏に終えた。5日の開会式と17日の閉会式の双方をライブ中継で鑑賞した



▲11カ国の参加国を巡回してシムリアップに戻った聖火は再びワットポーで夜を過ごした(5月3日)

ところ、とても立派な演出で驚かされた。正直に申し上げると、当初SEA Gamesって海のスポーツ大会かな?と勘違いするほど関連知識のない自分であっただけに、ギャップが大きかった。開催国カンボジアとしては、3年間余り続いたコロナ禍が十分に沈静化し、直後の7月には選挙を控えるという絶妙なタイミングで、国内外に十分に立派な成果を示すことができたといえる。

アンコールワットで行われた競技

6日にマラソンと競歩、11日～13日にかけて自転車競技がシムリアップで行われた。うちマウンテンバイクがクレーン山で行われたことを除き、競技はアンコールワット前を中心とするアンコール遺跡群で実施された。6日マラソンの一部始終を観戦したので報告したい。

マラソン

スタートは朝6時で、男子に続き10分後に女子がスタートした。出走者数は男子10名、女子8名であった。男子のスタート時には、計器の不具合が何かの理由でスタートをやり直した。コースが西参道前とアンコールトムを4往復するという設定であり、男子のゴール時に

は、観戦者の多くがゴールしたことに気付かなかったというハプニングがあった。これには金メダリストに申し訳ない気持ちになった。またゴールしたと勘違いして再度走り始める選手もいるなど、若干選手が困惑する設定であった感は否めなかった。男女ともに金メダルはインドネシアの選手が獲得した。タイムは、男子2時間32分59秒、女子は2時間48分14秒であった。



男子スタート(6AM)▶



▲カンボジア選手に対しては、生徒らの歓声がひととき大きく響いた

◀金メダルを取ったインドネシアのAgus Prayogo選手



▲観戦者は、関係者、マスコミ、動員の生徒が大半であった

Angkor Cookies

ANGKORCOOKIES | INFO@ANGKORCOOKIES.COM

人気商品カシューナッツ

“カンボジア産大粒カシューナッツを2種類の味で”

アンコールクッキーではクッキーだけではなく、カシューナッツのペッパー味とココナッツ味も人気です。カンボジアの人からも美味しいと高い評価をいただいています。ペッパー味は、炒めたカシューナッツに、挽きたてのコンボンチャム産胡椒と塩を絡めています。ココナッツ味は、自社で実を剥いて作っているカンボジア産ココナッツパウダーと、パームシュガーを絡めた、手間のかかったこだわり商品です。

どちらもおやつにだけでなく、お酒のお供としてもおすすめ! 酸化を防ぎ、美味しさを長く保つために包装は窒素充填をしております。是非お試しください!

おかげさまで16周年



CHOCOLATE with Angkor Cookies



Milk Chocolate / Dark Chocolate

1枚ずつ丁寧に愛情込めて、カカオ70%のチョコレートにディップして作っています

4 colors

Navy blue × White Hanuman
Black × White Hanuman
White × Red-brown Hanuman
White × Black Hanuman

NyoNyum Original

Hanuman T-shirt

ហានូម

\$10

Size: S / M / L / XL

you can get it at

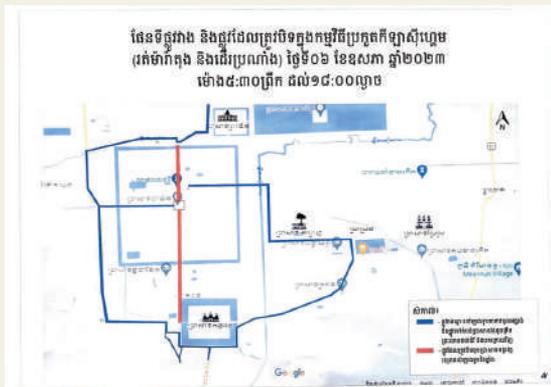
Souvenir Shop NyoNyum
at AEON MALL Phnom Penh (GF)
8:00 - 22:00 every day !!

猛暑

6時のスタート時には気温27度であったが、女子のゴール時には32度になっており、とにかく暑い日であった。選手の中には途中で棄権する方がいたり、ゴール後に倒れ込む選手も複数名いた。午後の20km競歩においてはアンコールワット前の往復1kmのルートを20往復するという設定で、気温39度という過酷な条件でスタートしたはずだが、筆者は猛暑のため観戦に行く元気をすでに失っており写真がないことをお詫びさせていただく。



▲午後の気温は39度まで上がった



▲赤線がマラソンコース（アプサラ機構FBより）



筆者：三輪 悟 MIWA Satoru
東京生まれ。日本大学大学院卒。上智大学アジア人材養成研究センター（シエムリアップ本部）助教。

マオマオ・カンボジア

雨季のアンコール遺跡を堪能しよう!

酷暑期が終わり、雨季に突入したカンボジア。スクールと呼ばれる集中豪雨が頻繁に降り始めました。観光や交通に支障が出るのでは？という不安があるかもしれませんが心配ご無用！ 実は想像を絶する美しい遺跡が愛でられるのは他でもない雨季なのです。当社のおすすめはアンコールトムの北門。遺跡を背景に幾重にも絡まる大樹の根と美しい緑の苔が織りなす絶景が広がっています。

また、ガイドブックには掲載されない小さな遺跡もおすすめ！ “水のない川” という意味を持つトンレースゴット寺院はコロナ禍に修復が完了しました。観光地化した有名な遺跡はもちろんですが、遺跡をこよなく愛するベテランガイドがこっそりご案内したいレアな遺跡も素晴らしい。幻想的な緑の世界へと誘われます。さあ、今年も雨季が到来！ 緑苔が美しく映えるアンコール遺跡の苔（こけ）旅へと出かけてみませんか。

コラム「マオマオ・カンボジア」では、学びの旅やおススメ観光スポット、ガイドたちの奮闘記を連載していきます！



▲アンコールトム遺跡北門の緑苔が美しい！ 映えスポットです



▲ベテランガイドがご案内！ トンレースゴット遺跡の緑のテラス



▲雨季だからこそ！ アンコールワット遺跡の絶景サンライズ

オークンツアー

Add: SlorKram Village, Sangkat SlorKram, Siem Reap Province, Cambodia
E-Mail: orkun.tour@gmail.com
Web: <https://www.orkuntour.com>
Facebook: @orkuntour
Blog: 「マオマオ・カンボジア」
<https://orkuntour.exblog.jp/>



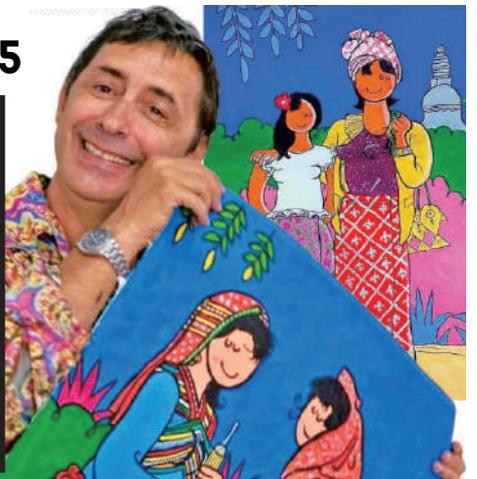
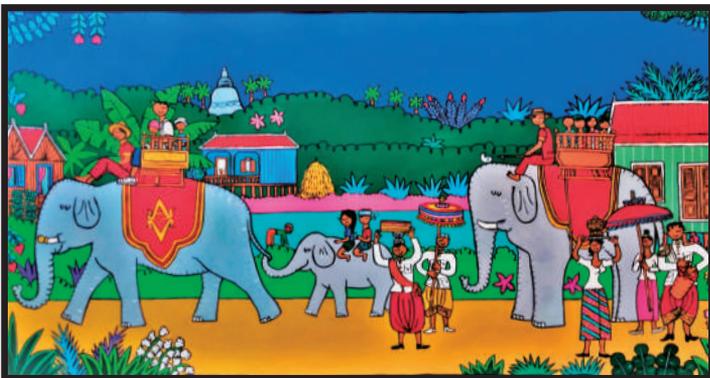
日本語ガイド Ms. マカローとドライバーの Mr. チョムラン

オークンツアーには個性あふれる日本語ガイドがおります。国内在住者向けの個別ツアー、承ります！ お気軽にお問い合わせください。

STEPHANE DELAPREE

HAPPY PAINTING SINCE 1995

画家ステフに
おまかせください！

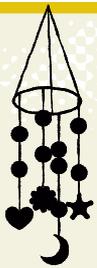


Original Paintings, Prints on Canvas, and Serigraphies /

Stéphane Delapree
www.stefhappygallery.com

Stéphane delapree

sdelapree56@gmail.com



旅育!! ノマド家族。

～中村夫妻のカンボジア子育て日記～



『走る旅育、歌う旅育』

「走る～、走る～、おれたち～！」爆風スランブの名曲『ランナー』を、息子と二人で歌う。4歳の子どもにとっては、渋い選曲。ずいぶんと歌詞を覚え、

ひとりでもかなり歌えるようになってきた。というのも、ここ最近、電動自転車を購入した。アクセルをひねると、小さなボディながら時速25km近くのスピードを出すことができる。そして真っ赤な車体の前部分には、息子専用の特等席が付いている。息子が乗っている時も、後部座席よりも会話しやすく、彼自身はまるで自分が自転車を運転している気分になるのだろう。

この電動自転車が良い点は、コンパクト



トなボディサイズのため、トゥクトゥクにも載せることができるし、バスや列車にも搭載できる。つまり、バスや列車に載せて、一気に遠くまで行くこともできるし、息子が寝てしまってもトゥクトゥクをその場で呼んで家に帰ることだってできるのだ。子連れとしては、この上ない便利な自転車！ そんな電動自転車に乗って、カンダール州にある古都ウドンや、カンボジアのシーリゾート・シアヌークビル、そして、プノンペン郊外にあるユーロパークなど

様々な場所へ二人で行ってみたい。

カンボジア特有の農村の道を息子と二人で走る時間は、最高の親子のコミュニケーションのひとつかもしれない。目に入るものをとりあえず連呼したり、最近の幼稚園の様子を聞いたり、息子が作詞作曲したはちゃめちやな歌を歌ってもらったり。それに、カラオケはあまり好きではない私だけれども、誰もいないカンボジアの農村で、息子と二人で『ランナー』を歌うのは、最高の気分なのだ。



筆者：中村英誉

『社会貢献×デザイン・アート』を目指す一般社団法人 Social Compass (ソーシャルコンパス) 代表。カンボジアで出会った元青年海外協力隊員の妻と結婚し、息子のぼっこも誕生。「旅育ノマド家族を目指します!!」

◆ Social Compass : <https://socialcompass.jp>



note も毎日更新中!

どこにいてもカンボジア情報が届く! /

LINE 公式アカウント

NyoNyum

ニヨニユム

観光・お土産
グルメ・生活情報など

NyoNyum カンボジア情報



QRコードでも
友達追加できます



Para-Sports in Cambodia!

SEA GAMES 2023 が開幕!

日中の暑さが徐々に落ち着きを見せ始め（と言ってもまだまだ暑いのですが）、雨が降る日が多くなり、雨季に突入しようとしているカンボジアです。

5月5日に開会式が行われ、SEA GAMES 2023 が無事に開幕しました。私も実際に会場に足を運び、サッカー、バレーボール、陸上、水泳、ソフトテニス、セパタクロウ等を観戦しました。

カンボジア政府が観戦料の無料化

を発表したことにより、どの競技もたくさんの方が応援に駆けつけており、特にサッカーやバレーボール等カンボジアで人気のスポーツは入場券を手に入れないと観戦することができませんでした。これほどたくさんの方々が観戦しようと会場を訪れている様子から、SEA GAMES がとても盛り上がっていること、



▲ 寄付いただいたシューズを早速履くパラ陸上選手

カンボジア人のスポーツに対する熱量が高まっていると感じました。

続いて、6月3日からは ASEAN PARA GAMES が開催されます。当会のサポートするパラ陸上選手らに、Active People's Microfinance Institution PLC (以下、AP) からオリジナルデザインのジャージが贈呈されました。選手のモチベーションアップ、大会後もスポーツを続けてほしいとの願いを込めて、ジャージとして支援してくださいました。

また、株式会社エイコースポーツ（岡山）が231足のシューズ、53枚のTシャツ、89枚のタオルを集めて寄付してくださいました。大会に向けて新しい選手のルートも多く、足りていないものが多い状況だったので、選手らは大変喜んでおり、より一層トレーニングに励むことができると話していました。ASEAN PARA GAMES も SEA GAMES 同様たくさんの方々に応援していただけることを期待しています。



▲ お揃いのジャージを着たパラ陸上選手



筆者：米山 遥香 よねやま はるか

カンボジア在住9年目。大学時代、健康スポーツについて学ぶ傍ら、カンボジアを支援する学生団体でボランティア活動を行い「将来カンボジアでスポーツ開発に関わる仕事がしたい」と思っていたところ、NPO ハート・オブ・ゴールドに出会う。卒業後にカンボジアへ渡り、同団体で2年間インターンとして活動し、3年目から職員に。

この10時に コンボンチュナン

友人や恋人、ご家族や職場のみんなを誘って。
コンボンチュナンへ出かけませんか？

移動手段やホテル、現地での過ごし方など、
あなただけの旅をニョニユムがアレンジいたします。
どうぞお気軽にご相談ください。

牛車さんぽ

昔から続く
土鍋作り見学

陶芸体験



cjs@cisinc.co.jp



012-500-052



NyoNyum (ニョニユム)





私たちはカンボジアのプロフェッショナルです Cambodia Joho Service inc.

通訳・翻訳部門

■事業内容

20年以上の経験を持つトップ通訳・翻訳者山崎幸恵(クメール語・日本語)をはじめ、レベルの高いプロが対応。専門性の高い内容、協議や交渉など複雑な通訳もお任せください。

- ・クメール語・日本語通訳(会議、協議、表敬訪問、視察、イベント、取材など)
- ・クメール語・日本語翻訳(各種書類、教科書などの書籍、プレゼン用スライド、映画など)
- ・クメール語・英語翻訳もご相談ください。

コンサルティング・ コーディネート部門

■事業内容

カンボジア政府機関とのアポイントメントや通訳者手配など、目的に応じたきめ細やかな手配、その他各種ご相談を承っています。

- ・メディア向けリサーチ、取材コーディネート
- ・教育機関・NGOなどのスタディツアーご相談
- ・企業向けリサーチ、視察コーディネート、各種ご相談
- ・企業進出コンサルティング

カンボジアを伝える

出版部門

■事業内容

カンボジア生活情報誌「ニョニウム」は、2003年に創刊。カンボジアでは最も歴史のある邦字誌です。この経験を生かし、編集プロダクションとしての業務も受注しております。

- ・出版物(書籍、雑誌、報告書、パンフレットなど)の企画・編集・制作
- ・セールス・プロモーションツール(名刺、チラシなど)制作
- ・取材、記事執筆

販売部門

■事業内容

メイド・イン・カンボジアに徹底的にこだわり、「カンボジアの誇り」と「地域おこし」につながる事業を目指します。

- ・カンボジア各地の隠れた特産品を集めたアンテナショップ「ニョニウムショップ」(プノンペン)経営
- ・コンボンチュナン窯業復興プロジェクト(陶器製造技術支援、窯業組合設立など)



カンボジア情報サービス
Cambodia Joho Service inc.

Phnom Penh, Cambodia
Tel: +855-12-500-052
Email: cjs@cjsinc.co.jp

CJSの会社情報は…
<http://www.cjsinc.net>

フリーペーパー NyoNyumの情報は…
<https://nyonyum.net>